

MEMÒRIA FINAL

Informe tècnic d'avaluació

Programa Orientadors/es Emocionalment Competents

Programa de Noves Oportunitats
Fundació Gentis

POEC

Maig de 2021
GROP (Grup d'investigació en orientació psicopedagògica)
Facultat d'Educació. Universitat de Barcelona
Pg. Vall d'Hebron, 171 (Campus de Mundet)-08035 Barcelona
grop@ub.edu

Memòria final
Informe tècnic d'avaluació
Programa Orientadors/es Emocionalment Competents (POEC)
Fundació Gentis- GROP- Katia Velar
2021

Autoras:

Núria Pérez-Escoda
Katia Velar Ceballos

Aquesta obra està subjecta a una llicència de Creative Commons: *4.0 de Reconeixement No Comercial Sense Obra Derivada*. Consulta de la llicència completa en: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



Pérez-Escoda, N. y Velar Ceballos, K. (2021). Memòria final. Informe tècnic d'avaluació del Programa Orientadors/es Emocionalment Competents (POEC) desenvolupat per la Fundació Gentis. Barcelona. GROP. Document electrònic. Disponible en: <http://hdl.handle.net/2445/178665>

ISBN: 978-84-09-29759-7



Índex de continguts

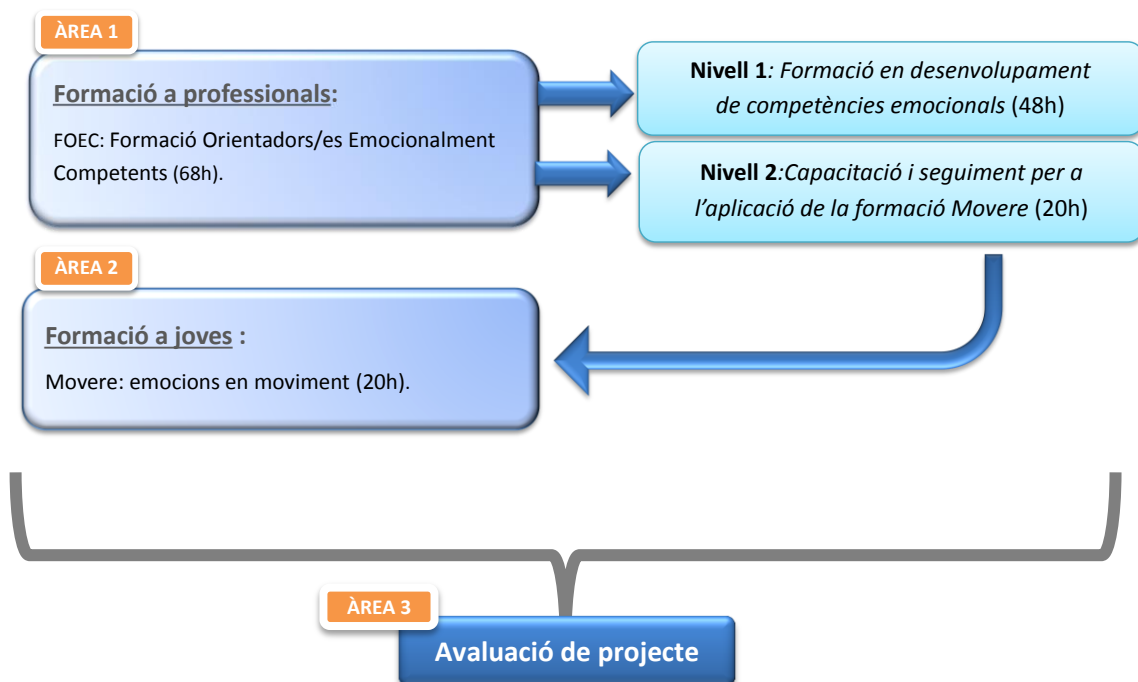
1. Descripció del programa	1
1.1. Àrea 1: Formació Orientadors/es Emocionalment Competents (FOEC)	2
1.2. Àrea 2: Formació Movere per a joves	4
1.3. Àrea 3: Avaluació del programa	5
2. Destinataris	6
3. Justificació	6
3.1. Els professionals de l'orientació emocionalment competents en el treball amb joves	7
3.2. L'educació emocional en joves que han deixat els estudis i no treballen com a eina de prevenció de factors de risc	8
4. Objectius del programa per àrees de treball	12
4.1 Objectiu general	12
4.2 Objectius específics per àrees	12
4.2.1. Objectius Àrea 1 : Formació Orientadors/es Emocionalment Competents	12
4.2.2. Objectius Àrea 2: Formació Movere	13
4.2.3. Objectius Àrea 3: Avaluació de programa	13
5. Metodologia	14
6. Avaluació de programa	15
6.1. Estratègia d'avaluació del FOEC (Àrea 1)	15
6.1.1 Avaluació inicial o de necessitats dels orientadors participants	15
6.1.2 Avaluació de procés	17
6.1.3 Avaluació final o d'impacte	17
6.2. Estratègia d'avaluació del Movere (Àrea 2)	17
6.2.1 Avaluació inicial o de necessitats dels joves participants	17
6.2.2 Avaluació de procés	18
6.2.3 Avaluació final o d'impacte	18
7. Recursos utilitzats	19
8. Temporalització	19
9. Resultats de la recerca	20
9.1. Informe de l'àrea1: FOEC	20
9.2. Informe de l'àrea2: MOVERE	20
10. Conclusions	20
11. Propostes de treball i àrees de millora futures	24
12. Referències	25

1. Descripció del programa

El *Programa Orientadors/es Emocionalment Competents (POEC)* té com a objectiu principal el desenvolupament de competències emocionals mitjançant l'aplicació de dos processos formatius, un adreçat a professionals de l'orientació i l'altre a persones joves usuàries del Programa de Noves Oportunitats (PNO) que la Fundació Gentis coordina a Terres de l'Ebre.

El PNO s'emmarca dins de la iniciativa europea de Garantia Juvenil gestionada per la Generalitat de Catalunya i té com a objectiu principal reduir l'atur juvenil. El PNO està adreçat a joves entre 16 i 24 anys que no han finalitzat l'Ensenyança Secundària Obligatoria i que reuneixen factors personals de vulnerabilitat social. La fita principal es poder donar suport als joves en la construcció d'un projecte professional i de vida, amb un acompanyament tutorial que pot durar fins a dos anys.

El POEC es presenta com una eina d'aplicació transversal dins del PNO. La intervenció s'estructura en tres àrees de treball: la primera enfocada als orientadors/es, la segona adreçada als joves i una tercera àrea que consisteix en una avaluació transversal de tots els processos formatius.



1.1. Àrea 1: Formació Orientadors/es Emocionalment Competents (FOEC)

Conté dos nivells formatius adreçats a professionals de l'orientació del PNO.

- **Nivell 1:** *Desenvolupament de competències emocionals.* Es tracta d'una formació per a la millora de la intel·ligència emocional elaborada específicament per a aquest programa. La fonamentació teòrica principal es basa el model pentagonal de competències emocionals de Bisquerra i Pérez (2007), junt amb altres aportacions com el model de teràpia cognitiva d'Ellis (1995), el model de fortaleces personals de Peterson i Seligman (2004), el model PERMA de Seligman (2012), la teoria del Flow de Csikszentmihalyi (1975), el model d'ampliació-construcció de les emocions positives de Barbara Fredrickson (2001), la teoria de la resiliència de Cyrulnik (2003) i el model de motivació i canvi de Prochaska i DiClemente (1985), entre els principals.

A continuació es presenta un resum de les característiques d'aquest nivell:

- Durada:
 - 40 hores presencials: 8 sessions grupals (5h per sessió).
 - 8 hores no presencials (tasques individuals entre sessions).
- Continguts Nivell 1:

	Esquema de continguts
Sessió 1 <i>Introducció al POEC</i>	<ul style="list-style-type: none">✓ Avaluació de competències emocionals.✓ Presentació del POEC.✓ Introducció a la intel·ligència emocional.
Sessió 2 <i>Consciència emocional</i>	<ul style="list-style-type: none">✓ Intel·ligències múltiples i intel·ligència emocional.✓ Les competències emocionals: model pentagonal (Bisquerra i Pérez, 2007)✓ Emocions bàsiques: funcions i expressió.✓ Funcionament del cervell: del sistema límbic al lòbul frontal.✓ Aplicacions pràctiques de la consciència emocional.
Sessió 3 <i>Consciència</i>	<ul style="list-style-type: none">✓ Aprofundiment en les emocions bàsiques.✓ Tècniques de regulació emocional I.✓ Aplicacions pràctiques de la regulació emocional.
Sessió 4 <i>Regulació emocional</i>	<ul style="list-style-type: none">✓ Tècniques de regulació emocional II. (Ellis, 1995).✓ Aplicacions pràctiques de la regulació emocional.✓ Empatia. Bases teòriques i eines pràctiques enfocades al seu desenvolupament.
Sessió 5 <i>Autonomia emocional</i>	<ul style="list-style-type: none">✓ Autoconeixement – Autoestima -Autoeficàcia.✓ Fortaleces personals (Seligman i Peterson, 2004).

Sessió 6 <i>Competència social i</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Habilitats socials bàsiques i complexes. ✓ Estils comunicatius. Comunicació, empatia i escolta activa. ✓ conflicte i estratègies d'afrontament positiu.
Sessió 7 <i>Competències de vida</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Motivació i canvi. (Prochaska i DiClemente, 1985). ✓ Resiliència (Cyrulnik, 2003). ✓ Claus per fixar bons objectius. ✓ Antídots contra la procrastinació. ✓ El Model PERMA del benestar (Seligman, 2012).
Sessió 8 <i>Arribada a la meta</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Revisió del mapa de millora personal: on estic i on vull arribar. Fortaleses i debilitats. ✓ Resum dels aprenentatges realitzats.

- **Nivell 2:** *Capacitació i seguiment per a l'aplicació del Projecte formatiu Movere.* Es presenta als orientadors/es els fonaments i la proposta didàctica d'un projecte d'educació emocional per a joves (Movere). En el decurs d'aquest nivell s'ha de consolidar el projecte tenint en compte les aportacions de les professionals que directament intervenen amb els joves. L'objectiu és que la formació s'adapti el màxim possible a les característiques específiques del col·lectiu de joves del PNO. S'acompanya d'un seguiment de la seva aplicació i d'un servei de consulta directa davant de qualsevol dubte o incidència.

- Durada:
 - 20 hores presencials: 4 sessions de grupals amb una durada de 5h.
- Continguts Nivell 2:

Esquema de continguts	
Sessió 1	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Presentació de la metodologia de treball. ✓ Treball de les sessions 1-4.
Sessió 2	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Treball de les sessions 4-7.
Sessió 3	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Treball de les sessions 8-10. ✓ Seguiment de l'aplicació.
Sessió 4	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Revisió de l'aplicació. ✓ Propostes de millora.

1.2. Àrea 2: Formació Movere

- Aplicació per part dels professionals del Movere al col·lectiu de joves.
 - Durada:
 - 22 hores presencials:
 - 10 sessions de treball grupal de 2 hores cadascuna.
 - 2 sessions d'avaluació (pre i post) d'una hora de duració.
 - Continguts sessions de treball grupal Movere:

	Esquema de continguts	Competències emocionals focus
Sessió 1 <i>Casella de sortida.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Emoció i funcions. ○ Emocions bàsiques. ○ Vocabulari emocional. 	- Consciència emocional.
Sessió 2 <i>Engueguem motors.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Expressió emocional. Emocions i cos. ○ Components de l'emoció. ○ Pensament-sentiment-comportament. 	- Consciència emocional.
Sessió 3 <i>Iniciem el moviment.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Intel·ligències múltiples. ○ Intel·ligència emocional. ○ Cervell i emocions. ○ Segrest amigdal·lar. ○ Errors de pensament. 	- Consciència emocional. - Regulació emocional
Sessió 4 <i>Anem ràpids: la ira.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Ira: definició funcions. ○ Graduació personalitzada de la ira. ○ Ira i gestió de conflictes. ○ Estratègies de regulació. 	- Consciència emocional. - Regulació emocional. - Competència social.
Sessió 5 <i>Agafant corbes: la por i la tristesa.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Por: definició i funcions. ○ Diferència entre por i ansietat. ○ Graduació personalitzada de l'ansietat. ○ Estratègies de regulació. 	- Consciència emocional. - Regulació emocional. - Competència social.
	<ul style="list-style-type: none"> ○ Tristesa: definició i funcions. ○ Diferència entre tristesa i depressió.. ○ Graduació personalitzada de la tristesa. ○ Estratègies de regulació. 	
Sessió 6 <i>Igalant velocitats</i>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Sexe i gènere. ○ Construcció social del gènere. ○ Mandats de gènere. ○ Feminisme. ○ Publicitat i sexisme. 	- Autonomia emocional. - Competència social. - Competències de vida.

Sessió 7 <i>El moviment agradable: alegria i benestar.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Alegria: definició i funcions. ○ Graduació personalitzada de l'alegria. ○ Concepte de felicitat. ○ Millora del benestar. ○ La gratitud. 	<ul style="list-style-type: none"> - Consciència emocional. - Regulació emocional. - Autonomia emocional. - Competència social. - Competències de vida.
Sessió 8 <i>Viatge màgic: l'amor.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Introducció al concepte de l'amor. ○ Tipus d'amor. ○ Amor i gènere: els mites de l'amor romàntic. ○ Amor de parella i altres tipus de formes de viure l'amor. 	<ul style="list-style-type: none"> - Consciència emocional. - Regulació emocional. - Autonomia emocional. - Competència social.
Sessió 9 <i>Moviment segur: autoconeixement i autoestima.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Autoconcepte, autoestima i autoeficàcia. ○ Eines per a l'autoconeixement: qualitats personals i valors. ○ Gestió del temps. Prioritats i procrastinació. ○ Motivació. ○ Creació del pla de millora personal 10. 	<ul style="list-style-type: none"> - Autonomia emocional. - Competències de vida.
Sessió 10 <i>Moure'ns amb companyia: empatia i habilitats socials. Casella d'arribada.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Amistat i empatia. ○ Acompanyament emocional. ○ Gestió de conflictes. ○ Assertivitat. ○ Reflexió sobre els aprenentatges del taller. 	<ul style="list-style-type: none"> - Competència social. - Competències de vida.

1.3. Àrea 3: Avaluació del programa

Prendre consciència del procés que es porta a terme, així com de l'impacte de les intervencions i les àrees de treball futur es fa necessari per a la millora continuada. Qualsevol pràctica o programa d'educació emocional o socioemocional hauria de basar-se en l'evidència disponible fruit de la investigació científica (Zins, Payton, Weissberg i O'Brien, 2007).

No és suficient amb l'elaboració de programes que tinguin com a objectiu el desenvolupament de competències emocionals, s'ha de generar una estratègia d'avaluació que permeti aportar dades i evidències empíriques sobre la seva validesa (Pérez-González, 2008).

En relació a les afirmacions anteriors, s'ha configurat una estratègia d'avaluació que ha permès conèixer l'efectivitat de les intervencions aplicades en les àrees d'intervenció 1 i 2, partint de la identificació de la millora de les competències emocionals, tant dels orientadors/es com dels joves participants, així com el grau de satisfacció amb la formació rebuda.

2. Destinataris

S'ha treballat amb dues poblacions diana:

1. Equip de professionals dedicats a l'orientació educativa i sociolaboral: mostra convidada 14 orientadors/es.
 - El 61,5% eren dones.
 - L'edat mitjana era de 34,23 anys, oscil·lant entre els 24 i els 47 anys.
 - Perfil formatiu: estudis universitaris. Graduats o estudiants universitaris en diferents especialitats: treball social, pedagogia, comunicació, relacions laborals, filologia, periodisme, economia, arts i disseny, entre altres.
 - Només tres d'ells no tenien experiència laboral prèvia com a orientadors.
2. Joves entre 16 i 24 anys usuaris del PNO: mostra convidada 130 joves, dels quals s'ha pogut disposar de dades per a l'estudi de 83.
 - El 33,7% eren noies i 66,3% restant nois.
 - L'edat mitjana es situa en els 17,8 anys, oscil·lant entre els 16 i els 24 anys.
 - Perfil formatiu: no disposen de l'ESO.
 - Situació laboral: inscrits al SOC com a demandants d'ocupació en el moment de realitzar la formació.
 - Experiència laboral prèvia: perfil heterogeni.
 - Tenen molt poca o cap noció del que és la intel·ligència emocional.

3. Justificació

La justificació d'aquest programa s'emmarca en dues vessants d'intervenció, la primera relaciona la competència emocional dels orientadors/es com una peça clau per a la vinculació positiva amb els joves i la segona, centrada en el desenvolupament de competències emocionals en els joves com un factor rellevant en la prevenció de riscos psicosocials.

3.1. Els professionals de l'orientació emocionalment competents en el treball amb joves

Oferir formació continuada i especialitzada als orientadors/es que treballen amb joves afavoreix la realització d'intervencions més eficaçes i l'ofertament d'un acompanyament amb una vinculació que fomenti la motivació per a la realització de canvis positius en la seva trajectòria vital. Tal i com recullen Alarcón i Vargas (2012), els professionals que posseeixen més formació tenen una major influència positiva, significativa i de llarg termini en els joves, ajudant-los a prendre opcions de vida adequades i generant canvis positius en la seva autoimatge. Disposem d'estudis com els de Zeidner et al. (2003); Bisquerra i García (2018) i Torrijos, Torrecilla i Rodríguez (2018) que indiquen que un factor d'especial rellevància per al desenvolupament de la intel·ligència emocional, és el grau en que aquesta està desenvolupada en els adults de referència que acompanyen a infants i adolescents en el seu procés de creixement (mares, pares, educadors/es, professorat, etc.).

Una de les tasques fonamentals dels orientadors/es consisteix en acompanyar als joves en el disseny i desenvolupament d'itineraris personals flexibles i adaptats a les seves necessitats. Per realitzar d'una manera òptima aquest acompanyament, és imprescindible tenir una bona competència emocional que permeti a l'orientador/a establir una relació de confiança amb el/la jove que atén, representant un referent acollidor que l'entén i el recolza i per tant, en qui pot confiar. Entre les seves funcions s'inclou la millora de la motivació de la persona jove per pensar i portar a terme objectius que condueixin cap a un avenç positiu de la seva situació actual, tant a nivell psicològic, com realitzant accions concretes que representin una evolució acadèmica o professional. Tal i com recullen Alarcón y Vargas (2012) són nombrosos els estudis que confirmen que una vinculació forta, estable i consistent entre l'educador/a i el/la jove, facilita que es puguin engegar processos de canvi que portin cap a una millora de les circumstàncies personals.

Els joves necessiten construir i mantenir una relació de proximitat emocional constant per poder obrir-se i confiar. Aconseguir i mantenir aquests tipus de vinculació requereix de competència emocional per part dels professionals. Paral·lelament és important que els orientadors/es disposin d'una bona capacitat de gestió de les seves pròpies emocions, donat que treballar amb col·lectius vulnerables implica saber fer front situacions difícils i fins i tot conflictives. Gestionar adequadament aquest context laboral suposa prendre consciència i disposar d'un bon nivell de regulació emocional, d'habilitats socials, de capacitat per a la gestió positiva dels conflictes, així com saber establir els límits adequats entre les àrees personal i

professional. Diversos autors (Bisquerra, 2014 ;Dueñas, 2002; Huertas-Fernández i Romero-Rodríguez, 2019; Moreno i Rey, 2017) conclouen en els seus treballs la necessitat de potenciar la sinergia entre orientació, educació emocional y tutoria. Això passa necessàriament pel desenvolupament de la competència emocional dels professionals de l'orientació.

3.2. L'educació emocional en joves que han deixat els estudis i no treballen com a eina de prevenció de factors de risc

Segons les dades publicades per l'Oficina d'Estadística Europea, Eurostat (2020a), l'Estat Espanyol és el primer país de la Unió Europea en abandonament escolar prematur en joves entre 18 i 24 anys, amb una taxa del 21,4% en homes i un 13% en dones. Els joves que finalitzen la seva formació acadèmica sense cap titulació tenen més dificultats per realitzar una transició escola-treball amb possibilitats d'èxit. Aquesta perspectiva queda contrastada amb altres recerques com les de Abiétar-López, Navas-Saurin, Marhuenda-Fluixá i Salvà-Mut (2017); Moreno i Rey (2017) i Salvà, Oliver i Comas (2014), en les quals es conclou que els joves que no disposen de titulacions d'ensenyament general o de formació professional, són més vulnerables a la crisi, reben els efectes més directes de l'atur i corren el risc de convertir-se en aturats de llarga durada.

Segons dades de l'Enquesta de Població Activa (EPA) en el segon trimestre del 2018, la taxa d'atur a l'Estat Espanyol va ser del 15,70%. Per edat, els indicadors d'atur més elevats es donen en els menors de 25 anys, amb un 34,68%. Per tant, trobem que l'atur juvenil és més del doble que la taxa d'atur general. Aquestes dades tot i haver estat millorant durant el 2019 han tornat a patir una forta sacsejada com a conseqüència dels efectes de la pandèmia de la COVID-19. Segons Eurostat (2020b), l'any 2020 es va tancar amb una taxa d'atur dels menors de 25 anys del 40,7% (20 punts per sobre de la mitjana de la UE, 17,8%).

Segons el metaanàlisi realitzat per Paul i Moser (2009), a partir de diferents estudis sobre els efectes psicològics derivats de la situació d'atur, les persones aturades tenen el doble del risc de patir depressió, ansietat, símptomes psicossomàtics, malestar psicològic i baixa autoestima. Altres estudis més recents confirmen aquesta afirmació (Buendia, 2010; Cabrera (2006); Moreno i Rey (2017). En la mateixa línia, tal i com recullen Cobos, Machado i Plaza (2014), existeix evidència de l'efecte de la crisi econòmica sobre la salut, en concret en el deteriorament de la salut mental que pot repercutir en l'augment de morts per suïcidi,

l'increment del consum d'alcohol i de drogues i l'augment de la incidència de la infecció pel virus de la immunodeficiència humana (VIH).

Les recerques empíriques evidencien que comptar amb un elevat nivell d'intel·ligència emocional s'associa amb menys símptomes psicològics, més optimisme (Schutte, et al., 1998) i una major satisfacció amb la vida (Cirrochi, Chan, i Caputi, 2000), afavorint la salut psíquica (Fernández-Berrocal, Ramos, i Extremera, 2001). L'educació emocional funciona com a eina preventiva en el desenvolupament d'aquests símptomes i per tant és un factor clau per a la promoció de la salut mental, aportant eines per processar la informació emocional amb eficàcia, afavorint percebre, assimilar, comprendre i regular les emocions (Bisquerra, 2016). Facilita que la persona es relacioni amb ella mateixa, amb els altres i amb l'entorn de manera sana i adaptativa.

Tenint en compte el context de pandèmia actual i la crisi social i econòmica que es deriva, s'ha constatat que els casos de simptomatologia ansiosa i depressiva han augmentat, fent de l'educació emocional una eina preventiva i d'intervenció indispensable. Segons Valiente et al. (2020), un de cada cinc espanyols ha presentat símptomes clínicament significatius d'ansietat, depressió o estrès posttraumàtic al llarg del confinament. En el cas del grup de joves entre 18 i 24 anys aquests resultats es dupliquen, manifestant ansietat un 34,6% i depressió un 42,9%. La major incidència en aquesta franja d'edat es pot atribuir al moment evolutiu, ja que suposa un trencament o amenaça als projectes vitals com estudis, recerca de feina, independitzar-se, etc. que en altres fases del cicle vital ja poden estar resolts.

Si al context de salut mental actual li sumem les dades d'abandonament d'estudis i d'atur que hi ha en la població jove de l'Estat Espanyol, es manifesta de forma clara la necessitat d'adreçar programes cap a al col·lectiu de joves que redueixin els factors de vulnerabilitat vinculats a l'exclusió social (Ribera, Pérez-Escoda i Cabanillas, 2018). Es considera que un jove està exclòs quan no pot beneficiar-se d'un entorn que el protegeixi contra la violència i l'explotació, així com quan no pot accedir a serveis i béns bàsics, amenaçant la seva capacitat per participar plenament en la societat (UNICEF, 2005).

La millora de les competències emocionals tal com ja venen posant de manifest diferents estudis (Palací y Topa, 2002; Palací y Moriano, 2003; Sánchez, 2003, Bisquerra y Pérez-Escoda, 2007) també millora l'ocupabilitat de les persones.

Adame i Salvà (2010) indiquen que la tornada a la formació és un element central en la construcció de les biografies personals dels joves que van abandonar l'escola de manera prematura, a més de ser un requisit per a l'exercici ple de drets i deures de ciutadania en les societats del coneixement. Seguint aquesta línia d'intervenció, tal i com s'exposa més endavant, fomentar les competències emocionals també és relaciona amb més probabilitat d'èxit acadèmic. Diferents recerques realitzades a nivell europeu mostren la relació entre el nivell educatiu i el manteniment de la feina. Els joves amb un nivell més baix d'educació tenen dues o tres vegades menys probabilitats d'estar aturats que els de nivell més alt (Quintini i Martin, 2006).

Avui dia, accedir i mantenir un lloc de feina no es limita a tenir unes competències de base i tècniques, també es requereixen una sèrie de competències transversals, que responguin a les necessitats del mercat de treball. Seguint la classificació realitzada per la *Federació Catalana d'Entitats d'Acció Social* (ECAS, 2010), s'han descrit vuit competències transversals clau per a l'ocupabilitat dels joves: *adaptabilitat, comunicació, disposició a l'aprenentatge, gestió de les emocions, identificació, iniciativa-autonomia, organització, relació interpersonal i responsabilitat*.

Les competències socio-personals adquireixen una gran rellevància en el context professional, es consideren un aspecte important de les habilitats d'ocupabilitat i es relacionen directament amb l'èxit professional (Bar-On et al., 2000; Bisquerra i Pérez, 2007, Ribera et al., 2018), d'igual manera que la seva absència és un factor potenciador del risc d'exclusió (Repetto i Pérez-González, 2007). Aquestes competències clau, es poden treballar amb els joves íntegrament a partir de l'aplicació del *Movere*, prenent com a base el *Model pentagonal de competències emocionals* elaborat pel Grup de recerca en orientació psicopedagògica de la Universitat de Barcelona (Bisquerra i Pérez, 2007).

Les recerques científiques situen a la intel·ligència emocional com un factor que influeix en els àmbits personal, social i formatiu dels joves. Tal i com recullen Extremera i Fernández Berrocal (2013), la influència es pot establir en les següents àrees:

- a) **Millor ajust psicològic:** menys nivells d'ansietat, depressió, estrès, i menor ideació i intent de suïcidi; fan servir estratègies d'afrontament positiu davant dels conflictes; es recuperen millor dels estats emocionals negatius; presenten menys risc de consum de tòxics.

- b) **Major rendiment acadèmic:** presenten menys probabilitat d'abandonament dels estudis.
- c) **Més satisfacció amb les relacions socials:** tenen més amics, millors relacions interpersonals i més recolzament social, són més empàtics, cooperatius, prosocials i amb més capacitat comunicativa; perceben major recolzament social.
- d) **Menys conductes agressives:** manifesten un menor nivell de conductes agressives verbals i físiques.

Tenint en compte els efectes positius de l'educació emocional en els joves, és altament recomanable incloure-la en els programes formatius i/o orientats a la millora de l'ocupabilitat. La introducció del diagnòstic i desenvolupament de les competències emocionals en els processos de recerca i formació per a l'ocupació, es manifesten com un aspecte clau a tenir en compte per millorar les capacitats de l'usuari en l'afrontament eficaç de les situacions transitòries de desocupació (Pérez i Ribera, 2009). Partint de la nostra experiència directa en col·laboració amb la Fundació Gentis l'any 2017 (Pérez-Escoda i Velar, 2018), referent a la formació per al desenvolupament de competències emocionals en joves en situació d'atur, emmarcada dins del Programa Brúixola (220h) impulsat pel Servei Català d'Ocupació, l'anàlisi grupal dels resultats d'avaluació pel que fa al desenvolupament de competències emocionals obtinguts ens va confirmar que es va produir un creixement en totes les dimensions de la competència emocional dels joves que van rebre una formació de 20 hores. El 78,6% va experimentar una millora en la competència emocional total. En els anàlisis per dimensions vam constatar que el 85,7% van millorar en competències socials, el 78,6% en consciència emocional, el 71,4% en autonomia i competències de vida i benestar i en regulació el 64,2%. Pel que fa a la inserció laboral d'aquests joves es va aconseguir un 86,6% d'inserció als 3 mesos d'acabar la formació, fet que permet afirmar que programes d'aquestes característiques afavoreixen la inserció laboral, tant en l'àmbit de la formació rebuda, com en altres àmbits relacionats amb la formació acadèmica dels participants.

Consegüentment, el desenvolupament de les competències emocionals aconsegueix millorar l'ocupabilitat dels joves. Entenem l'ocupabilitat com la capacitat de les persones per situar-se al mercat de treball en condicions de ser contractades, en directa concurrència amb els iguals, Carmona (2002). Tal com recullen Ribera, Pérez-Escoda i Cabanillas (2018), les competències d'ocupabilitat comprenen un conjunt de capacitats i actituds essencials entre les quals destaquen la facilitat per la comunicació i relació interpersonal, per a la resolució de problemes, per a la presa de decisions, el maneig de conflictes, la gestió de l'estrès i incertesa,

l'autoconfiança, etc. (Maruenda, Bernad i Navas, 2010 i Repetto, Pena, Mudarra i Uribarri, 2007).

La joventut és un període de la vida en la qual els processos de construcció de la identitat, el desenvolupament de noves formes de pensament, incloent la capacitat de raonament moral i l'enfortiment de relacions socials, es converteixen en una oportunitat irrepetible per a la consolidació de valors i fortaleces humanes (Giménez, Vázquez, Hervás, 2010; Pérez-Escoda i Filella, 2019), pel que prevenir i fomentar una bona salut emocional és fa essencial.

4. Objectius del programa per àrees de treball

4.1 Objectiu general

Millorar les competències emocionals de les persones participants, tant professionals com joves, per potenciar l'ocupabilitat d'aquests darrers.

4.2 Objectius específics per àrees

4.2.1. Objectius Àrea 1 : Formació Orientadors/es Emocionalment Competents (FOEC)

- ✓ Adquirir coneixements sobre les emocions i posar-los en pràctica per poder transferir-los a la vida professional i personal i millorar així el benestar individual i social.
 - **Consciència emocional.**
 - Potenciar la capacitat de reconeixement de les pròpies emocions a través dels components fisiològics, cognitius i comportamentals.
 - Promoure el reconeixement de les emocions de les altres persones.
 - **Regulació i expressió emocional.**
 - Aprendre tècniques de regulació emocional.
 - Detectar i canviar creences limitadores.
 - Millorar les habilitats d'afrontament de situacions a on estan presents emocions intenses.
 - **Autonomia emocional.**
 - Fomentar l'autoconeixement, autoestima i l'autoconfiança.
 - Treballar la motivació i la responsabilitat.
 - Augmentar la capacitat d'afrontament davant situacions adverses.

- Competència social.
 - Practicar la comunicació receptiva i expressiva.
 - Potenciar l'empatia.
 - Aprendre estratègies per gestionar conflictes interpersonals.
 - Promoure actituds prosocials, cooperatives i assertives.
- Habilitats de vida i benestar.
 - Adquirir estratègies d'afrontament per als reptes diaris.
 - Saber fixar-se objectius assolibles i prendre decisions adaptatives.
 - Posar en pràctica el pensament creatiu i constructiu.
- ✓ Millorar la satisfacció amb la vida.
- ✓ Promoure una vinculació segura entre els joves i els professionals.
- ✓ Facilitar eines als orientadors/es per a que puguin potenciar l'educació emocional dels joves que atenen.
 - Capacitar als orientadors/es per a l'aplicació del projecte Movere: desenvolupament de competències emocionals per a joves.
 - Dissenyar la guia pedagògica del Movere.

4.2.2. Objectius Àrea 2: Formació Movere

Aquesta part de la intervenció la desenvolupen directament els orientadors/es aplicant el projecte de formació Movere als joves amb les indicacions i el seguiment de la formadora.

- ✓ Afavorir la identificació de competències emocionals en els joves i les àrees de millora.
- ✓ Treballar la consciència i la regulació emocional.
- ✓ Transferir a la vida diària estratègies de regulació emocional adaptatives.
- ✓ Promoure l'autoconeixement, l'acceptació, l'autoestima i l'autoeficàcia emocional.
- ✓ Potenciar les habilitats socials i la capacitat de gestió de conflictes.
- ✓ Motivar per al canvi, l'esforç i la millora personal.
- ✓ Millorar la satisfacció amb la vida.
- ✓ Potenciar l'ocupabilitat.
- ✓ Incloure en els plans formatius dels joves de l'entitat l'educació emocional.

4.2.3. Àrea 3: Avaluació de programa

- ✓ Dissenyar i aplicar una estratègia d'avaluació de programa.
- ✓ Seleccionar i elaborar d'eines d'avaluació per a la recerca que incloguin aspectes com: nivell de competències emocionals, satisfacció amb la vida, estrès, etc.

- ✓ Avaluar les necessitats, el procés i l'impacte al llarg de l'aplicació del *FOEC* en els orientadors/es.
- ✓ Avaluar les necessitats, el procés i l'impacte de l'aplicació del *Movere* en els joves.
- ✓ Realitzar els corresponents informes de resultats de les proves aplicades.
- ✓ Realitzar un estudi comparatiu i elaborar un informe/memòria avaluativa de l'evolució realitzada pel que fa als diferents indicadors relacionats amb el desenvolupament de les competències emocionals.

5. Metodologia

Hi ha nombrosos autors que treballen el desenvolupament de competències emocionals i ho fan utilitzant diferents estratègies metodològiques. El POEC fonamenta la seva metodologia d'intervenció en les aportacions de Mikolajczak, Petrides, Coumans i Luminet (2009), que consideren que per educar en el desenvolupament de la intel·ligència emocional és necessari fer-ho a tres nivells (partint dels més conceptuals fins a arribar als més pràctics):

1. *Saber*: coneixement de les emocions (conceptual).
2. *Saber fer*: capacitat emocional (capacitat per aplicar el coneixement emocional).
3. *Actitud*: disposició emocional (freqüència amb la qual la persona posa en pràctica la seva capacitat emocional).

També s'han tingut en compte les aportacions per fomentar l'eficàcia i l'eficiència en l'aplicació dels programes d'aprenentatge emocional i social que plantegen Durlak, Weissberg i Pachan (2010) fomentat que el POEC segueixi una metodologia:

- *Seqüencial*: que la intervenció es mantingui present en el temps.
- *Activa*: s'apliquen estratègies i tècniques d'aprenentatge actiu en el qual es fomenta la participació de les persones destinatàries i la generalització dels aprenentatges en diferents contextos vitals.
- *Focalitzada*: el programa està dissenyat específicament per al col·lectiu concret amb el que es treballarà.
- *Explícita*: parteix d'objectius concrets de treball que permeten una avaluació concreta de la seva consecució.

En el desenvolupament de les sessions es plantegen d'acord amb les indicacions de Pérez-Escoda i Filella (2019) metodologies vivencials mitjançant exercicis individuals i grupals,

propiciant un treball cooperatiu d'aprenentatge. S'utilitzen dinàmiques de grup dissenyades específicament per posar en pràctica les competències emocionals i s'estableixen petites tasques voluntàries per treballar entre les sessions, amb l'objectiu de consolidar i generalitzar els aprenentatges. Es tracta de oferir diverses activitats que afavoreixin moments d'introspecció i reflexió personal, amb d'altres que estimulin el debat i el treball en grup per compartir i contrastar opinions: visualitzacions, role-playing, vídeos, grups de discussió, dramatització, etc.

6. Avaluació de programa

L'avaluació de qualsevol programa d'educació emocional ha de tenir en compte tres aspectes bàsics: disseny, procés i resultats (Pérez-González, 2008, Zins, Payton, Weissberg y O'Brien, 2007). Es concep com una acció integrada del conjunt de fases i activitats del mateix. Així doncs, caldrà prendre consciència de les necessitats inicials, del procés d'implementació i de l'impacte de les intervencions. L'objectiu és que l'avaluació faciliti informació útil, tant per a la millora continuada del programa com evidències a la fi del mateix. El POEC inclou un procés de recollida de dades que permet valorar progressivament el seu desenvolupament i donar posteriorment evidència de l'impacte vers l'àrea d'intervenció. Això es fa així tant pel FOEC (formació per a professionals) com pel Movere (formació adreçada a joves).

6.1. Estratègia d'avaluació del FOEC (Àrea 1)

Per a l'avaluació del projecte de formació dels orientadors/es es va dissenyar una estratègia d'avaluació enfocada en tres parts:

- 6.1.1. Avaluació inicial o de necessitats de les professionals de l'orientació.
- 6.1.2. Avaluació de procés, durant el període d'implementació de les activitats formatives, tant pel que fa al Nivell-1 com pel que fa al Nivell-2 de formació.
- 6.1.3. Avaluació final o d'impacte.

6.1.1. Avaluació inicial o de necessitats dels orientadors participants

L'avaluació de necessitats serà el punt de partida que donarà sentit a la intervenció, facilitant l'adaptació dels continguts i les activitats a les necessitats detectades.

A continuació es detallen els instruments aplicats als orientadors participants.

a. QSD i QAN. *Qüestionari sociodemogràfic i qüestionari d'avaluació de necessitats* ad-hoc. Aquest qüestionari va se aplicat parcialment en paper i la resta on-line (veure Annex 1.2a i 1.2b).

b. CDE-A35.v3 *Qüestionari de desenvolupament emocional* (v. Cat) (Pérez-Escoda, N i Alegre, A., 2018). Aquest qüestionari va se aplicat on-line. (<http://ubgrop.com/limesurvey/index.php/946133?lang=ca>)¹

El CDE-A35 és un qüestionari d'autoinforme elaborat a partir del model pentagonal de Bisquerra i Pérez-Escoda (2007). Consta de 35 ítems que mesuren la competència emocional total i les cinc dimensions que la integren: consciència emocional, regulació emocional, autonomia emocional, competència social i competències per a la vida i el benestar. Es adequat per a majors de 18 anys amb un nivell socioeducatiu mig-alt. S'aplica online mitjançant una escala de Likert d'onze opcions de resposta de zero a deu. A Pérez-Escoda, Alegre i López-Cassà (2021), es presenta la validació de l'escala, amb un coeficient de fiabilitat mesurada mitjançant l'alfa de Cronbach, de .89. L'anàlisi factorial va permetre revelar la presència de cinc factors coincidents amb el model teòric. Així mateix les destacables correlacions amb altres eines d'intel·ligència emocional, personalitat i habilitats socials han confirmat la seva validesa convergent. Mitjançant anàlisi de regressió s'ha confirmat la seva validesa incremental sobre altres proves ja establertes.

c. SWLS. *Qüestionari de satisfacció amb la vida* (Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. i Griffin, S., 1985). (<http://www.ub.edu/quest-grop/index.php/389282/lang-es>)

Es tracta de la mesura de satisfacció vital més utilitzada en la literatura científica. Consisteix en 5 afirmacions respecte a les que s'indica el nivell d'acord o desacord en una escala tipus Likert de 7 punts. Presenta bones propietats psicomètriques amb una alta consistència interna que oscil·la entre .79 i .89 i es disposa també de suficient evidència empírica sobre la validesa de l'escala en mostres espanyoles.

d. QSEA. *Qüestionari de sensació d'estrès i afrontament* (GROP,2019). <http://www.ub.edu/quest-grop/index.php/595989/lang-es>).

Es tracta d'una eina elaborada en el marc d'aquesta recerca. Consisteix en 24 afirmacions respecte a les que s'indica el nivell d'acord o desacord en una escala tipus Likert de 10 punts. Es basa en el model de Lazarus i Folkman (1984) i permet recollir dades sobre la sensació d'estrès i les estratègies d'afrontament que es disposen per encarar situacions estressants.

¹ Els qüestionaris utilitzats estan restringits als participants en la recerca per aquest motiu es necessita contrasenya per a poder-hi accedir.

6.1.2 Avaluació de procés

Ens permet observar l'evolució de la formació en cada sessió realitzada, tant per part de la persona formadora com dels participants.

En aquest punt s'ha elaborat també un instrument per a respondre els orientadors després de cada sessió i un altre que respon la formadora.

A continuació es detallen els instruments aplicats als orientadors participants:

- a. *Avaluació de procés ad-hoc. Nivell 1* (veure Annex 1.3). Aquest qüestionari va ser aplicat en paper.
- b. *Avaluació de procés ad-hoc. Nivell 2* (veure Annex 1.4). Aquest qüestionari va ser aplicat en paper.

6.1.3 Avaluació final o d'impacte

L'avaluació d'impacte ens permet saber quins han estat els beneficis de la formació en terme d'avenços, guanys o canvis que poden ser atribuïts a la participació en el programa.

En aquest cas s'apliquen les mateixes eines que en l'avaluació inicial de necessitats, amb petites variacions pel que fa al qüestionari sociodemogràfic inicial i s'hi afegeix un qüestionari de valoració personal ad hoc que responen els orientadors participants en la formació. Així mateix s'afegeix una eina de valoració/satisfacció final.

Amb posterioritat es farà una comparativa entre la situació inicial i final per avaluar el progrés.

6.2. Estratègia d'avaluació del Movere (Àrea 2)

Per a l'avaluació del projecte formatiu amb joves es va dissenyar, de forma similar al que s'havia fet amb la formació dels orientadors, una estratègia d'avaluació enfocada en tres parts:

6.2.1 Avaluació inicial o de necessitats dels orientadors participants.

6.2.2 Avaluació de procés, durant el període d'implementació de les activitats formatives.

6.2.3 Avaluació final o d'impacte.

6.2.1 Avaluació inicial o de necessitats dels joves participants

A continuació es detallen els instruments aplicats als joves participants:

- QSD-AN-J. *Qüestionari sociodemogràfic i d'avaluació de necessitats dels joves ad-hoc* (veure Annex 2.2).

- CDE-A35.v3 *Qüestionari de desenvolupament emocional* (v. Cat) (Pérez-Escoda, N i Alegre, A., 2018; Pérez-Escoda, Alegre i López-Cassà, (2021). És el mateix utilitzat en el FOEC.
- SWLS-J. *Qüestionari de satisfacció amb la vida* de Joves (Diener, Emmons, Larsen i Griffin, 1985). Es tracta de la mateixa eina utilitzada en el FOEC i descrita anteriorment.
- *Escala d'autoestima de Rosenberg* (Rosenberg, 1965).
Per avaluar l'autoestima s'ha utilitzat una de les escales més utilitzades en adolescents desenvolupada originalment per Rosenberg (1965). La traducció utilitzada en aquest estudi procedeix de l'adaptació feta per Martín Albo, Navarro i Grijalvo (2007). L'escala consta de deu ítems sobre els sentiments de respecte i acceptació de si mateix/a. La meitat dels ítems estan enunciats positivament i l'altra meitat negativament. Es responen a partir d'una escala tipus Likert, de quatre punts.
- QSEA-J. *Qüestionari de sensació d'estrès i afrontament* de joves (Pérez-Escoda i Velar, 2019b). (Veure Annex 2.5).
Es tracta d'una eina elaborada en el marc d'aquesta recerca. Es tracta de l'adaptació per a joves del QSEA utilitzat amb els orientadors (adults). Consisteix en 24 afirmacions respecte a les que s'indica el nivell d'acord o desacord en una escala tipus Likert de 10 punts. Es basa en el model de Lazarus i Folkman (1984) i permet recollir dades sobre la sensació d'estrès i les estratègies d'afrontament que es disposen per encarar situacions estressants.

6.2.2 Avaluació de procés

En aquest punt s'ha elaborat també un instrument ad hoc per respondre els joves després de cada sessió i un altre que respon la persona formadora (veure Annex 2.4 i 2.5).

6.2.3 Avaluació final o d'impacte

L'avaluació d'impacte pretén conèixer quins han estat els beneficis de la formació o l'impacte de la mateixa sobre els joves participants. Intenta detectar avenços, guanys o canvis que poden ser atribuïts a la formació.

En aquest cas s'apliquen les mateixes eines que en l'avaluació inicial de necessitats, amb petites variacions pel que fa al qüestionari sociodemogràfic inicial i s'hi afegeix un qüestionari de valoració personal ad hoc que responen els professionals participants en la formació. També s'afegeix una eina de valoració/satisfacció final.

Amb posterioritat es farà una comparativa estadística entre la situació inicial i final (contrast de mitjanes) per avaluar el progrés i addicionalment es calcularà la grandària de l'efecte per valorar la importància dels canvis).

7. Recursos utilitzats

Recursos humans:

- a) 1 psicòloga especialista en educació emocional: disseny, coordinació, aplicació i avaluació del programa.
- b) 11 professionals de l'orientació: aplicació del projecte de formació Movere.
- c) 2 expertes externes en avaluació de programes.

Recursos materials:

- Guia pedagògica Movere elaborada ad-hoc.
- DFA: Dossier formatiu de l'alumnat.
- DSF: Dossier sessió de la persona formadora.
- PPT: Material Power Point per a cada sessió.
- Directori de vídeos online.
- Plataforma online per al sistema d'avaluació.
- Creació d'un Drive de programa per poder compartir materials.
- Aula de formació general.
- Aules de formació al territori.
- Informes de resultats.

8. Temporalització

Àrea 1: FOEC

- Gener-maig 2019.

Àrea 2: Movere

- Dues aplicacions:
 - 1. Maig-juliol 2019
 - 2. Setembre 2019 – març 2020.

Àrea 3: Avaluació: gener 2019 a juliol 2020.

Presentació de memòria final: maig de 2021.

9. Resultats de la recerca

9.1. Informe de l'Àrea 1: FOEC (Vegis Annex-1)

Donada l'extensió d'aquest apartat ja que constitueix un informe complet de l'Àrea 1, hem considerat més oportú incloure'l com a Annex 1.

9.2. Informe de l'Àrea 2: Movere (Vegis Annex-2)

Donada l'extensió d'aquest apartat ja que constitueix un informe complet de l'Àrea 2, hem considerat més oportú incloure'l com a Annex 2.

10. Conclusions

El POEC és un pas cap a la innovació en el disseny, aplicació i avaluació de programes d'educació emocional en col·lectius de persones joves en situació de vulnerabilitat. El programa s'ha estructurat en tres àrees d'intervenció, la primera adreçada a professionals, la segona a joves i una tercera a l'avaluació de la intervenció.

Amb la recerca portada a terme hem volgut analitzar l'impacte i el grau de satisfacció que aquest programa ha tingut tant en els orientadors/es com en les persones joves que han participat.

El POEC es va dissenyar l'any 2018 i s'ha portat a terme entre el gener de l'any 2019 i el març de l'any 2020 en cinc punts diferents del territori on s'aplica el Programa de Noves oportunitats (PNO) gestionant per la Fundació Gentis en les Terres de l'Ebre. Tretze professionals de l'orientació han rebut formació en educació emocional estructurada en dos nivells diferents. El primer nivell enfocat al desenvolupament de les pròpies competències emocionals i un segon nivell de capacitació per a la implementació d'un projecte formatiu d'educació emocional anomenat Movere, adreçat al col·lectiu de joves amb els que treballen i del que s'ha elaborat una guia pedagògica per garantir la replicabilitat en la seva aplicació.

Aquests orientadors/es prèviament formats, han pogut facilitar la formació Movere a aproximadament cent trenta joves inscrits en el PNO. Així mateix, s'ha fet una avaluació

transversal del programa amb l'objectiu de poder analitzar l'impacte del mateix en desenvolupament de les competències emocionals tant en els orientadors/es com en els joves.

L'anàlisi dels resultats ens indica que amb l'aplicació del programa els orientadors/es han incrementat els seus recursos personals per afrontar les àrees de neguit vinculades al desenvolupament de tasques professionals. On es troba el major increment de la millora és en la disponibilitat d'eines pràctiques per acompanyar a nivell emocional als joves, passant d'un 6,55 a un 8 sobre 10.

Els professionals mostren una tendència a la millora en comparació als nivells inicials de la competència emocional global, la consciència emocional, la regulació, l'autonomia emocional i la competència de vida i benestar. Han millorat en totes les competències emocionals avaluades menys la competència social. El 62,5% dels orientadors/es al finalitzar el programa de formació FOEC tenien un nivell de competències emocionals superior al de la mitjana a l'iniciar la intervenció. Cal ressaltar que aquest fet es pot considerar un èxit del programa ja que partíem d'uns orientadors/es amb un nivell competencial inicial alt. L'autopercepció d'estrès també ha tingut una reducció en comparació als nivells inicials i un 74% informa de menys estrès en comparació als nivells de la mitja inicial. En relació a la satisfacció amb la vida, s'observa una petita millora encara que no és estadísticament significativa. Cal tenir en compte que el temps transcorregut en l'aplicació del FOEC és relativament curt com per incidir de forma important en la valoració de la satisfacció vital tal com l'hem avaluat, és a dir com a valoració global de tota la seva vida.

La seva participació en el POEC ha augmentat el seu vocabulari emocional, la consciència dels seus sentiments i dels sentiments dels joves als que atenen, disposen de més eines pràctiques per a la regulació adaptativa de les seves emocions i per a l'acompanyament en la millora de la regulació emocional adaptativa dels joves, així com d'eines per potenciar la metacognició, la resposta d'afrontament davant de la no consecució d'objectius, l'autoconeixement, l'anàlisi crític de les normes socials vinculades al gènere, l'autoeficàcia emocional i la capacitat d'autogestió personal. Aquest avenç en la seva competència emocional pot facilitar l'establiment d'una millor vinculació amb els joves, fet determinant per poder motivar els processos de canvi positiu en les seves trajectòries vitals.

En l'avaluació de procés, el nivell de satisfacció dels orientadors/es ha estat superior a 9 sobre 10 en totes les àrees avaluades, tant en el Nivell 1 com en el Nivell 2. Han destacat la utilitat pràctica dels continguts presentats, les explicacions entenedores, el clima de comunicació grupal, l'aplicabilitat de les dinàmiques de grup, l'estructura de la guia pedagògica, la metodologia de treball, el material facilitat per al desenvolupament de les sessions amb els joves, entre d'altres. També s'ha fet referència a la importància de poder tenir un seguiment al llarg de l'aplicació del Movere i el fet de que sigui un projecte viu que es pugui anar enriquint i millorant partint de l'experiència en la seva aplicació.

Seguint amb l'anàlisi d'aquestes dades, els orientadors/es tenen la percepció de que han augmentat considerablement els seus coneixements i aquest no només són útils per a la seva vida professional sinó transferibles a altres àmbits de la seva vida quotidiana.

Situant-nos en l'aplicació del Movere als joves (Àrea 2), l'avaluació de l'execució realitzada pels orientadors/es després de cada sessió també ens indica una alta satisfacció general (8,79/10) i poques dificultats en el seu desenvolupament (3/10). Consideren que les propostes de treball han estat força motivadores per als participants (8,28/10), per tant, els continguts i la metodologia (material audiovisual, dinàmiques grupals, espais d'expressió i debat, etc.) s'adapten al col·lectiu per al que ha estat específicament dissenyat. Cal destacar que l'aspecte més valorat pels orientadors/es ha estat la guia pedagògica creada ad hoc per al Movere, amb una puntuació de 9,38 sobre 10. En destaquen la claredat i utilitat dels continguts i la facilitació de la seva aplicació a l'aula.

Els bons resultats obtinguts en la primera àrea de treball del programa representen un indicador indispensable per poder aplicar de forma satisfactòria la segona àrea de treball, que implica poder desenvolupar de forma òptima la formació a joves.

Pel que fa a l'aplicació del Movere amb el col·lectiu de joves, s'ha pogut constatar que s'ha produït una millora estadísticament significativa en la competència emocional global, on el 89% dels joves que han participat milloren els resultats en comparació a la puntuació mitjana inicial. També s'han trobat millores significatives destacables en consciència emocional, regulació, autonomia emocional i competència de vida i benestar. L'anàlisi dels resultats estadístics ens mostren una alta eficiència i eficàcia del programa, ja que ha aconseguit millores destacables en un temps força limitat.

També es produeix un augment estadísticament significatiu de la satisfacció amb la vida dels joves participants i s'ha reduït la percepció del seu nivell d'estrès respecte a l'inici de la formació, ja que un 78% havia reduït la seva sensació d'estrès en relació a l'inici de la formació.

L'autoestima, mesurada a partir de l'escala de Rosenberg, s'ha mantingut estable en el procés. Tot i això els joves tenen la percepció de que sí que han millorat la seva autoestima, podem considerar a quest fet com a un primer pas de consciència i canvi. En relació a l'autoconcepte s'ha pogut constatar que es defineixen amb un major nombre d'elements positius en comparació a les definicions inicials, fet que apunta a que han avançat en l'autoconeixement de les seves qualitats personals.

Quan es pregunta als joves sobre la percepció que tenen de la seva millora en diferents àrees, cal ressaltar que l'aspecte més ben valorat amb un 9,65 sobre 10, és la gestió de conflictes, fet que podem considerar molt satisfactori per afrontar les situacions de vulnerabilitat en les que aquest col·lectiu es pot veure immers. El següent ítem més ben valorat és la millora de la percepció de l'entorn i de les oportunitats que els hi ofereix, fet que pot contribuir a la motivació per prendre consciència i aprofitar possibilitats de millora que es puguin donar, començant per poder participar en el PNO.

El joves han apreciat de forma molt positiva la seva participació en les diferents sessions, amb una mitjana de les puntuacions de 8,61 sobre 10. Així mateix, són conscients que han après força (8,30/10) i que aquest aprenentatge és sovint transferible a diferents àrees de la seva vida (8,50/10). També destaquem que cada jove ha rebut un dossier formatiu amb els aspectes clau treballats a cada sessió i amb els exercicis pràctics a desenvolupar. Aquest material ha tingut una valoració molt positiva (8,31/10) en termes d'utilitat. Podem concloure que els joves mostren una elevada satisfacció que es manté estable en relació a la seva participació al llarg del programa i la metodologia de treball emprada, destacant els vídeos i les dinàmiques grupals.

Amb aquests resultats podem concloure que el POEC és una eina efectiva i eficaç per al desenvolupament de competències emocionals, tant en professionals de l'orientació com en el col·lectiu de joves. Aquest programa constitueix una nova evidència de que les competències emocionals es poden desenvolupar amb l'aplicació de programes d'educació emocional. Contribuir al desenvolupament integral de les persones no pot deixar passar l'oportunitat

d'incorporar el treball específic de la competència emocional, promocionant també ocupabilitat i prevenint vulnerabilitats.

Volem agrair a la Fundació Gentis l'interès en promoure l'educació emocional com a element indispensable en la formació dels seus professionals, capacitant-los per a que puguin disposar d'eines pràctiques per acompanyar als joves tant a nivell individual com grupal. També volem agrair als orientadors/es que han participat en el programa, per la seva implicació des de l'inici, la seva participació activa en les sessions i la seva col·laboració indispensable en l'adaptació dels continguts adreçats als joves.

11. Propostes de treball i àrees de millora futures

Com a reflexions derivades de les conclusions anteriors, considerem oportú fer les següents propostes o consideracions a tenir en compte per a aplicacions futures:

- Dissenyar noves formacions més amples pel que fa als continguts i de major durada, que permetin aprofundir més intensament en el desenvolupament de competències emocionals.
- Adaptar les formacions en competències emocionals a altres col·lectius tant professionals com d'usuaris de programes de l'entitat.
- Ampliar la mostra d'estudi per seguir treballant amb l'avaluació del programa i disposar d'un volum més ampli que permeti explotar estadísticament les dades i replicar resultats.
- Afegir a l'avaluació de competències emocionals un grup control per determinar més clarament l'evolució del grup experimental.
- Incloure la realització d'un seguiment als sis mesos i al cap d'un any per avaluar la sostenibilitat dels efectes de la intervenció.
- Triangular informacions entre els resultats de cada participant a la finalització dels processos de formació i el seu procés d'inserció laboral.
- Incloure en el disseny formatiu més dinàmiques de grup i més material audiovisual, seguint les valoracions proposades tant pels joves com pels professionals de l'orientació.
- Millorar la coordinació entre l'equip d'investigació i els responsables de l'entitat per evitar o minimitzar la mortalitat de mostra, com per exemple creant uns protocols amb temporalització acotada per a la recollida de dades, suprimir l'aplicació de proves en format paper, etc.

12. Referències

- Abiétar-López, M., Navas-Saurin, A. A., Marhuenda-Fluixá, F., & Salvà-Mut, F. (2017). La construcción de subjetividades en itinerarios de fracaso escolar. Itinerarios de inserción sociolaboral para adolescentes en riesgo. *Psychosocial Intervention*, 26(1), 39-45
- Adame, M.T. i Salvà, F. (2010). Abandono escolar prematuro y transición a la vida activa en una economía turística: el caso de Baleares. *Revista de Educación*, 351, 185-210.
- Alarcon, M. i Vargas, M. (2012). Evaluación de competencias psicoeducativas a partir de un programa de formación especializada para profesionales de intervención directa con adolescentes infractores y no infractores. *Universitas Psychologica*, 11, 4, 115-123.
- Atienza, Pons, Balaguer y García-Merita (2000). Propiedades psicométricas de la escala de satisfacción con la vida en adolescentes. *Psicothema*, 12 (2), 314-319.
- Baird, M. D., i Pane, J. F. (2019). Translating standardized effects of education programs into more interpretable metrics. *Educational Researcher*, 48(4), 217–228. Recuperat en: <https://doi.org/10.3102/0013189X19848729>
- Bakker, A., Cai, J., English, L. et al. (2019). Beyond small, medium, or large: points of consideration when interpreting effect sizes. *Educ Stud Math* 102, 1–8. <https://doi.org/10.1007/s10649-019-09908-4>
- Bar-On, F., Brown, J. M., Kirkcaldy, B., i Thome, E. (2000). Emotional expression and implications for occupational stress; an application of the Emotional Quotient Inventory (EQ-I). *Personality and Individual Differences*, 28, 1107-1118.
- Beck, A. (1995). *Cognitive therapy: basics and beyond*. New York: Guilford Publications.
- Biagi, F., i C. Lucifora (2008): Demographic and education effects on unemployment in Europe, *Labour Economics*, 15(5), 1.076-1.101.
- Bisquerra, R., i García, E. (2018). La educación emocional requiere formación del profesorado. *Revista del Consejo Escolar del Distrito*, 5, 8, 13-28.
- Bisquerra, R., i Filella, G. (2018). Análisis del vocabulario emocional en el profesorado de lengua. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 21 (1), 161-172. <http://dx.doi.org/10.6018/reifop.21.1.298421>
- Bisquerra, R. (2016). *10 ideas clave*. Educación emocional. Barcelona: Graó.

- Bisquerra, R. (2014). Orientación, tutoría y educación emocional. Potenciar una sinergia. *Revista Educar y orientar*, 1, 21-26.
- Bisquerra, R., i Pérez, N. (2007). Las Competencias Emocionales. *Educación XXI*. 10, 61-82.
- Buendia, J. (2010). *El impacto psicológico del desempleo*. Murcia: Editum.
- Cabrera, A. (2006). Efectos psicosociales del desempleo. . *Revista de Investigación Social. Universidad Autónoma de México*, 8(11), 12-19.
- Carmona, G. (2002). *Plan personal para la inserción sociolaboral: teoría y práctica en la empresa para la inserción laboral*. Huelva: Universidad de Huelva.
- Cheung, A. C., & Slavin, R. E. (2016). How methodological features affect effect sizes in education. *Educational Researcher*, 45(5), 283–292.
- Cirrochi, J., Chan, A., & Caputi, P. (2000). A critical evaluation of the emotional intelligence construct. *Personality and Individual Differences*, 28, 539-561.
- Cyrulnik, B. (2003). Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida. España: Gedisa.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York, NY: Harper and Row.
- Cobos, M.J., Machado, M. F., Plaza, M., i Torres (2014). Efectos de la crisis sobre la salud de los jóvenes españoles. *Paraninfo Digital Monográficos de Investigación en Salud*, VIII – 20. Recuperat en: <http://www.indexf.com/para/n20/221.php>
- Diener, E., Emmons, R. A., i Larsen, R. J. i Griffin, S.(1985). The satisfaction with life scale, *Journal of Personality Assessment*,49, 71-75. Recuperat en: http://dx.doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13.
- Dueñas, M. (2002). Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa. *Educación, Educación XXI*, 21(5).
- Durlak, Weissberg i Pachan (2010). A Meta-Analysis of After-School Programs That Seek to Promote Personal and Social Skills in Children and Adolescents. *American Journal of Community Psychology* 45(3-4) :294-309.
https://www.researchgate.net/publication/42346373_A_Meta-Analysis_of_After-School_Programs_That_Seek_to_Promote_Personal_and_Social_Skills_in_Children_and_Adolescents
- ECAS (2010). *Proposta metodològica d'inserció laboral per a joves*. Entitats catalanes d'acció social.
- Eurostat (2020a). Early leavers from education and training. Eurostat: Oficina Europea de Estadística.

https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INESeccion_C&cid=1259925480602&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios%2FPYSLayout

- Eurostat (2020b). *Employment and unemployment*. Eurostat: Oficina Europea de Estadística, 2020. Recuperant en: <https://ec.europa.eu/eurostat/web/lfs/data/database>
- Extremera N., i Fernández-Berrocal P. (2013). Inteligencia Emocional en Adolescentes. *Revista Padres y Maestros*, 352, 34-39.
- Fernández-Berrocal, P., Ramos, N., & Extremera, N. (2001). Inteligencia Emocional, supresión crónica de pensamientos y ajuste psicológico. *Boletín de Psicología*, 70, 79-95.
- Fierro, A. (1991). Autoestima en adolescentes. Estudios sobre su estabilidad y sus determinantes. *Estudios de Psicología*, 12(45), 85-107
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions. In positive psychology: The Broaden and build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56, 218-226.
- Giménez, M., Vázquez, C., i Hervás, G. (2010). El análisis de las fortalezas psicológicas en la adolescencia: Más allá de los modelos de vulnerabilidad. *Psy, Soc, & Educ*, 2, (2), 97-116.
- Giraldo, K. P., & Holguín, M. J. A. (2017). La autoestima, proceso humano. *Revista Electrónica Psyconex*, 9(14), 1-9.
- Gutiérrez, R., Martínez K., Pacheco, A., i Benjet, C. (2014). La construcción social de la identidad en los jóvenes que no estudian ni trabajan. *Revista Iberoamericana de Ciencias*, 1(7), 1-12.
- Hernández Prados, M. (2012). *La transición de los jóvenes a la vida adulta. Crisis económica y emancipación tardía*. Obra Social "La Caixa": Barcelona.
- Hicks, L i Stein, M (2010). *A multi-agency guide for professionals working together on behalf of teenagers*. London: Department for children, schools and families (DCSF).
- Huertas-Fernández, J. M., i Romero-Rodríguez, S. (2019). La autonomía emocional en el profesorado de secundaria. Análisis en el marco de un proceso de coaching personal. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 30(3), 120-139.
- Isaza, M. G. (2016). Resiliencia y Bienestar Psicológico según la duración del desempleo en una muestra de profesionales colombianos. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional*, 32(2), 22-37.
- Kemshall, H. (2009). Risk, social policy and young people. A J. Wood i J. Hine (eds.). *Work with young people: developments in theory, policy and Practice*. Londres: Sage.
- Kraft MA. (2020) Interpreting Effect Sizes of Education Interventions. *Educational Researcher*, 49 (4) :241-253.

- INE (2018). Encuesta de Población Activa.
<http://www.ine.es/infografias/tasasepa/desktop/tasas.html?t=0&lang=es>
- Flokman, S., Lazarus, R. i cols. (1984) Appraisal, coping, health status, and psychological symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 50(3), Mar 1986, 571-579.
- Luna, N. C., i Molero, D. (2013). Revisión teórica sobre el autoconcepto y su importancia en la adolescencia. *Revista Electrónica De Investigación Y Docencia (REID)*, (10).
<https://150.214.170.182/index.php/reid/article/view/991>
- Martín-Albo, J., Núñez, J. L., Navarro, J. G., & Grijalvo, F. (2007). The Rosenberg self-esteem scale: Translation and validation in university students. *The Spanish Journal of Psychology*, 10(2), 458-467.
- Martínez-Rodríguez, F., i Carmona Orantes, G. (2016) Test de factores sociopersonales para la inserción laboral de los jóvenes: un instrumento para la evaluación y la formación. *Estudios sobre Educación*, 18, 115-138. Recuperat en:
<https://www.unav.edu/publicaciones/revistas/index.php/estudios-sobre-educacion/article/view/4656>.
- Marhuenda, F., Bernad, J. C., i Navas, A. (2010). Las prácticas en empresa como estrategia de enseñanza e inserción laboral: las empresas de inserción social. *Revista de Educación*, 351, 139-161.
- Mikolajczak, M., Petrides, K. V., Coumans, N., i Luminet, O. (2009). The moderating effect of trait emotional intelligence on mood deterioration following laboratory-induced stress. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 9(3), 455-477.
- Montserrat, C., i Melendro, M. (2017). ¿Qué habilidades y competencias se valoran de los profesionales que trabajan con adolescencia en riesgo de exclusión social? Análisis desde la acción socioeducativa. *Educación XXI*, 20(2), 113-135.
- Moreno, R., i Morales, S. (2017). Las competencias socio-personales para la inserción socio-laboral de jóvenes en los programas propios de educación social. *REOP*. 28, 1, 33 – 50.
- Moreno, E. M., i Rey, L. (2017). *Estrategias para disminuir el impacto del desempleo en la salud mental: el papel de la motivación y la autoeficacia en la Orientación Laboral*. Córdoba: Moreno Eliana M.
<http://helvia.uco.es/bitstream/handle/10396/15189/Estrategias%20disminuir%20impacto%20desempleo-Salud%20Mental%202017%20.pdf?sequence=1>

- Quintini, G., i Martin S. (2006). Starting well or losing their way? The position of youth in the labour market in OECD countries- *OECD Social Employment and Migration Working Papers*, 39. París: OECD.
- Palací, F. J. y Topa, G (2002) (coords.) *La persona en la empresa: iniciativas de integración y desarrollo*. UNED.
- Palací, F. J. y Moriano, J. A. (2003) (coords.). *El nuevo mercado laboral: estrategias de inserción y desarrollo profesional*. UNED.
- Paul, K. I., i Moser, K. (2009). Unemployment impairs mental health: Meta-analyses. *Journal of Vocational behavior*, 74(3), 264-282.
- Pérez-González, J. C. (2008). Propuesta para la evaluación de programas de educación socioemocional. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 15., Vol. 6(2), 523-546.
- Pérez-Escoda, N., i Filella, G. (2019). Educación emocional para el desarrollo de competencias emocionales en niños y adolescentes. *Praxis & Saber*, 10 (24), 23-44.
- Pérez-Escoda, N. i Velar, Katia. (2018). *Informe d'avaluació. Projecte Buixola. Capacitació Professional en Orientació i Inserció Sociolaboral: Desenvolupament de competències emocionals*. Universitat de Barcelona- GROU. Document electrònic.
- Pérez-Escoda i Velar, K (2019a) QSEA. *Qüestionari de sensació d'estrès i afrontament per a adults*. Document d'ús intern. Barcelona.
- Pérez-Escoda i Velar, K (2019b) QSEA-J. *Qüestionari de sensació d'estrès i afrontament per a joves*. Document d'ús intern. Barcelona.
- Pérez-Escoda, N. i Alegre, A. (2018). Competencia emocional, satisfacción en contextos específicos y satisfacción con la vida en la adolescencia. *Revista de Investigación Educativa*, 36(1), 57-73.
- Pérez-Escoda, N. i Alegre, A. (2021) (en prensa). Validación del cuestionario de desarrollo emocional de Adultos (CDE-A35). *Educatio Siglo XXI*.
- Pérez-Escoda, N., i Ribera, A. (2009). Las competencias emocionales en los procesos de inserción laboral. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 30 (3), 251-256.
- Peterson, C. i Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. American Psychological Association.
- Prochaska, J.O., DiClemente, C.C., Velicer, W.F., Gimpil, S., Norcross, J.C., (1985). Predicting change in smoking status for self-changers, *Pub. Med. Gob.* 10 (4): 395-406.
- Repetto, E., Pena, M., Mudarra, M. J., i Uribarri, M. (2007). Guidance in the area of socio-emotional competencies for secondary students in multicultural contexts. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 11(5), 159-178.

- Repetto, E., i Pérez-González, J.C. (2007). Formación en competencias socioemocionales a través de las prácticas en empresas. *Revista Europea de Formación Profesional*, 40(1), 92-112.
- Ribera, A.; Pérez-Escoda, N., i Cabanillas, M. V. (2018) Desarrollo de competencias emocionales en el programa de ocupación y formación Jóvenes para el empleo. En Soler, J. L, Díaz, O., Escolano-Pérez, E, y Rodriguez, A. (Coord) *Inteligencia emocional y bienestar III. Reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones* (pp. 408-423). Ediciones Universidad San Jorge.
- Rosenberg, M. (1965). *La sociedad y la imagen de sí mismo adolescente*. Princeton University Press.
- Salvà-Mut, F., Oliver-Trobat, M. F., & Comas-Forgas, R. (2014). Abandono escolar y desvinculación de la escuela: Perspectiva del alumnado. *Magis*, 6(13), 129–142. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.M6-13.AEDE>
- Sánchez, M. F. (2003). Trabajo, profesiones y competencias profesionales. En A. Sebastián, M. L. Rodríguez, y M. F. Sánchez. (ed.) (2003) *Orientación Profesional: Un proceso a lo largo de la vida*. Dykinson, 255-297.
- Seligman, M. (2012). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. Atria books.
- Schutte, N., Malouff, J., Hall, L., Haggerty, D., Cooper, J., Golden, C., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 167-177.
- Suárez, N., Tuero-Herrero, E., Bernardo, A., Fernández, E., Cerezo, R., González-Pianda, A., Rosario, P. y Núñez, J.C. (2011). El fracaso escolar en Educación Secundaria. Análisis del papel de la implicación familiar. *Magister: Revista miscelánea de investigación*, 24, 49-64.
- Torrijos, P., Torrecillas, E. M. y Rodríguez, M. J. (2018). Experimental evaluation of emotional development programmes for teachers in Secondary Education. *Anales de Psicología*, 34(1), 68-76.
- UNICEF (2005). *Estado social de la infancia 2006. Excluidos e invisibles*. Madrid: UNICEF.
- Valiente, C., Vázquez, C., Peinado, V., Contreras, A., Trucharte, A., Bentall, R. y Martínez, A. (2020). *Síntomas de ansiedad, depresión y estrés postraumático ante el COVID-19: prevalencia y predictores. Resultados preliminares Informe técnico 2.0*. Univesitat

Complutense de Madrid. <https://www.ucm.es/inventap/file/vida-covid19--informe-ejecutivomalestar3520-final-1?ver>

- Zeidner, M., Matthews, G., Roberts, R. D. i MacCann, C. (2003). Development of Emotional Intelligence: towards a multi-level investment model. *Human Development*, 46, 69-96
- Zins, J. E., Payton, J. W., Weissberg, R. P., i O'Brien, M. U. (2007) Social and emotional learning for successful school performance. In Matthews, G., Zeidner, M. and Roberts, R. D. (eds.), *Emotional intelligence: Knowns and unknowns*. Oxford University Press. (p. 376–395).

Annex-1

INFORME D'AVALUACIÓ de l'Àrea 1: FOEC

**Projecte de Formació
d'Orientadors/es
Emocionalment Competents**

Programa de Noves Oportunitats

Fundació Gentis.

FOEC

Nuria Pérez Escoda
Katia Velar Ceballos

Índex de continguts

1. Introducció	1
2. Avaluació inicial o de necessitats dels orientadors/es participants	1
2.1. Resultats inicials del QSD i del QAN. <i>Qüestionari sociodemogràfic i qüestionari d'avaluació de necessitats</i> (ad-hoc)	2
2.2. Resultats inicials del CDE-A35.v3. Qüestionari de desenvolupament emocional (v. Cat) (Pérez-Escoda, N i Alegre, A., 2018)	5
2.3. Resultats inicials del SWLS. Qüestionari de satisfacció amb la vida (Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. i Griffin, S., 1985)	6
2.4. Resultats inicials del QSEA. Qüestionari de sensació d'estrès i afrontament (GROP,2019)	7
3. Avaluació de procés, durant el període d'implementació de les activitats formatives ...	7
3.1. Avaluació de procés del Nivell 1	7
3.2. Avaluació de procés del Nivell 2	12
4. Avaluació final dels orientadors participants	17
4.1. Resultats finals del QAN.- POST- <i>Qüestionari d'avaluació de necessitats</i> en la versió final (ad-hoc)	18
4.2. Resultats finals del CDE-A35.v3 Qüestionari de desenvolupament emocional (v. Cat) (Pérez-Escoda, N i Alegre, A., 2018)	20
4.3. Resultats finals del SWLS. Qüestionari de satisfacció amb la vida (Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. i Griffin, S., 1985)	22
4.4. Resultats finals del QSEA-J. Qüestionari de sensació d'estrès i afrontament (GROP,2019)	22
5. Conclusions	23
6. Annexes FOEC	25
6.1. Annex-1.1 Consentiment informat	26
6.2. Annex-1.2.a <i>Qüestionari sociodemogràfic i d'avaluació de necessitats PRE</i>	27
6.3. Annex-1.2.b <i>Qüestionari d'avaluació de necessitats PRE</i>	28
6.4. Annex 1.3 Avaluació de procés. Nivell 1	30
6.5. Annex-1.4 Avaluació de procés. Nivell 2	31
6.6. Annex-1.5 <i>Qüestionari d'avaluació de necessitats POST</i>	32

1. Introducció.

El present informe pretén aportar informació avaluativa del projecte de Formació d'Orientadors/es Emocionalment Competents (FOEC).

Per a l'avaluació es va dissenyar una estratègia enfocada en tres parts:

- 1) Avaluació inicial o de necessitats dels professionals participants.
- 2) Avaluació de procés, durant el període d'implementació de les activitats formatives, tant en el Nivell-1 de formació en el Nivell-2.
- 3) Avaluació final i d'impacte.

A l'inici del FOEC es va informar als orientadors/es participants de la recerca vinculada a tot el projecte, la finalitat d'aquest, les eines d'avaluació que s'emprarien i el protocol per a la protecció de dades personals, motiu pel qual se'ls va entregar i sol·licitar la signatura d'un document de consentiment informat (vegeu annex-1.1).

2. Avaluació inicial o de necessitats dels orientadors/es participants

En la primera sessió i abans de començar la formació es va realitzar l'avaluació inicial mitjançant l'aplicació de diferents instruments, alguns d'ells ja validats i altres creats ad hoc per a la recerca.

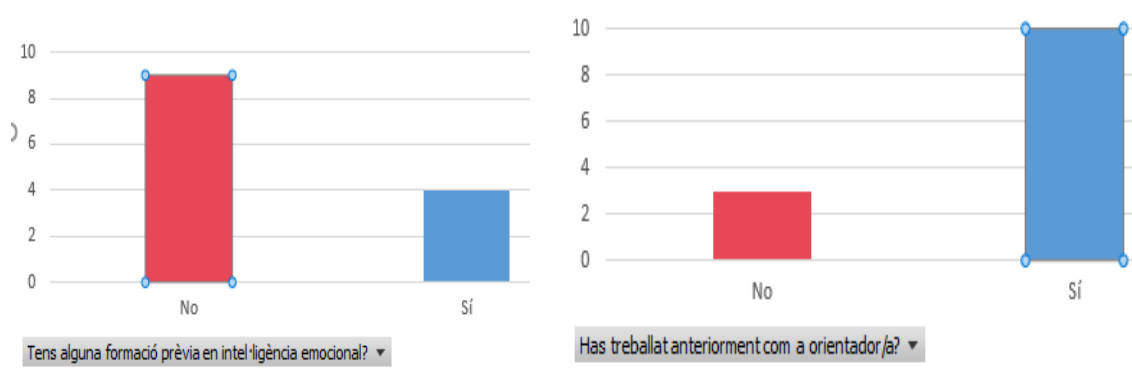
A continuació es detallen els instruments aplicats als orientadors participants.

- a. QSD-i QAN. *Qüestionari sociodemogràfic i qüestionari d'avaluació de necessitats* ad-hoc. Aquest qüestionari va ser aplicat parcialment en paper i la resta on-line. (veure annex-1.2a i 1.2b).
- b. CDE-A35.v3 *Qüestionari de desenvolupament emocional* (v. Cat) (Pérez-Escoda, N i Alegre, A., 2018). Aquest qüestionari va ser aplicat on-line. (<http://ubgrop.com/limesurvey/index.php/946133?lang=ca>)¹.
- c. SWLS. *Qüestionari de satisfacció amb la vida* (Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. i Griffin, S., 1985). Aquest qüestionari va ser aplicat on-line. (<http://www.ub.edu/quest-grop/index.php/389282/lang-es>).
- d. QSEA. *Qüestionari de sensació d'estrès i afrontament* (GROP,2019). Aquest qüestionari va ser aplicat on-line. (<http://www.ub.edu/quest-grop/index.php/595989/lang-es>).

¹ Els qüestionaris on-line utilitzats estan restringits als participants en la recerca per aquest motiu es necessita contrasenya per a poder-hi accedir.

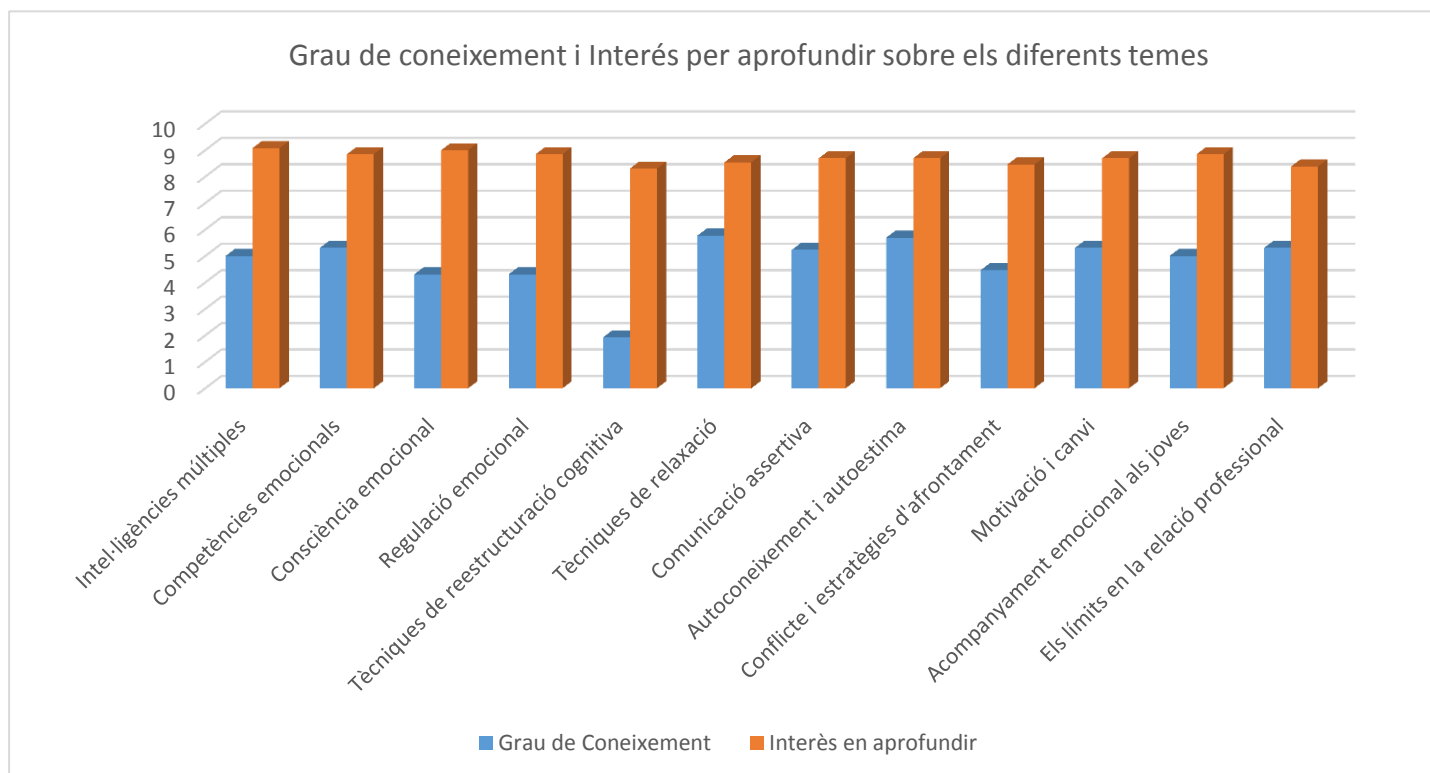
2.1 Resultats inicials del QSD i del QAN. *Qüestionari sociodemogràfic i qüestionari d'avaluació de necessitats (ad-hoc).*

En la situació inicial van respondre al QSD 13 persones, 8 de les quals eren dones (61,5%) i els 5 restants homes. L'edat del les participants oscil·la entre els 24 i els 47 anys, amb una mitjana de 34,23 anys. Totes les persones participants són graduades o estudiants universitàries en diferents especialitats: treball social, pedagogia, comunicació, relacions laborals, filologia, periodisme, economia, arts i disseny, entre d'altres. Només tres d'elles no tenien experiència laboral prèvia com a orientadores.



El 69%, és a dir 9 persones, no tenien cap mena de formació en intel·ligència emocional i la resta només havia participat en algun curs de curta durada o en alguna xerrada o conferència puntual. Per aquest motiu es considera totalment pertinent la formació pel desenvolupament de les seves competències emocionals que els ofereix el FOEC.

Al preguntar als orientadors/es sobre el seu grau de coneixement relacionat amb un conjunt de temes susceptibles de ser treballats en el FOEC, s'observa com la mitjana del grup és inferior a 6 sobre 10, la qual cosa reafirma la necessitat de la seva presència en la formació. No obstant això, en totes les temàtiques proposades s'observa que l'interès per aprofundir i per aprendre més obté una puntuació superior a 8 en una escala de 0 a 10. És especialment curiós el baix nivell en tècniques de reestructuració cognitiva.



Aquest resultat encoratgen l'inici de l'aplicació del FOEC al detectar que els temes que proposem treballar seran ben rebuts per les persones participants.

Així mateix es van plantejar altres preguntes obertes sobre les expectatives dipositades en la formació, els aspectes relacionats amb la gestió emocional que els interessaven especialment com orientadors/es i aquells aspectes que consideren importants a l'hora de treballar amb els joves. En aquest sentit les aportacions són variades i han ajudat a la formadora adaptar els continguts a les necessitats detectades.

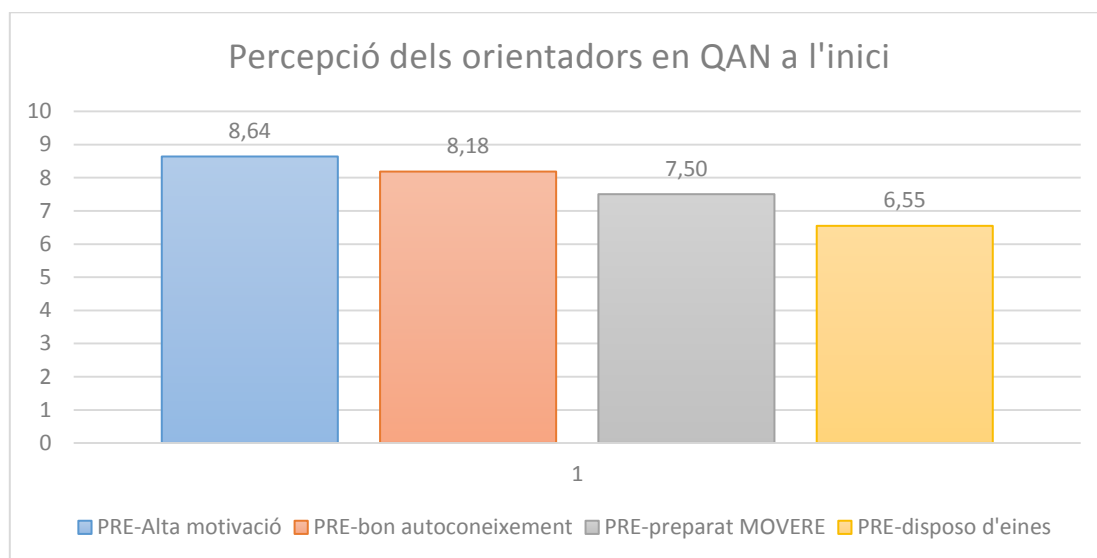
En el segon dels qüestionaris, el QAN d'avaluació de necessitats (Vegeu Annex 1.2b), es demanava en primer lloc que en un temps màxim de 3 minuts els orientadors/es anotessin totes les paraules relacionades amb les emocions, sentiments o fenòmens afectius que coneguessin. La mitjana de mots escrits entre tots els orientadors és de 15 paraules, de les quals 9 feien referència a emocions negatives, 5 a positives i 1 a neutres. Aquest índex de respostes, d'acord amb l'estudi elaborat per Bisquerra i Filella (2018), s'hauria d'interpretar que el grup d'orientadores té només un domini mitjà del vocabulari emocional. Aquestes dades permeten identificar un dels elements que s'ha de millorar durant el programa formatiu. Pel que fa a la segona pregunta, els orientadors/es manifesten que els sentiments que experimentaven en relació amb la seva feina giraven majoritàriament entorn de la motivació i responsabilitat envers la feina i en general manifestaven una certa ambivalència emocional on

expressions com satisfacció, compromís i il·lusió, conviuen amb estrès, preocupació, inseguretat i incertesa.

Es va aprofundir sobre les qüestions que els provoquen malestar en relació a la feina i les participants van efectuar diverses aportacions i aclariments. Els dos temes que més malestar els generava eren per una banda, la manca de temps i les dificultats per gestionar-lo per tal de portar les tasques al dia, i per altra banda, les dificultats de comunicació dins d'un mateix equip o amb els joves, on el desenvolupament de l'assertivitat sembla ser una necessitat evident. Altres preocupacions manifestades es centraven en la incertesa laboral a mig termini, la conciliació laboral i familiar i les inseguretats o dificultats a l'hora d'afrontar tasques noves o de certa complexitat.

Tot i això, quan se'ls va preguntar per les eines o estratègies que utilitzaven per fer front a aquest malestar s'observa que hi ha una gran disparitat. Alguns disposen de recursos per organitzar-se programant les tasques i altres recorren a la consulta i sol·licitud d'ajuda a l'equip i a negociar empàticament amb companys i joves. No obstant els recursos varien força d'uns als altres i mentre uns recorren a pràctiques de benestar personal com el ioga, altres es formen pel seu compte o busquen recursos externs per minimitzar les dificultats.

Finalment en el qüestionari QAN s'inclouïa una pregunta quantitativa en la qual es demanava que els orientadors/es valoressin en una escala de 0-10 el seu acord o desacord amb 4 afirmacions relacionades amb la seva motivació, autoconeixement, preparació per acompanyar als joves i eines o recursos pràctics disponibles per fer l'acompanyament emocional dels joves. En el gràfic següent presentem els resultats a aquesta pregunta:



Com s'observa clarament en el gràfic l'element més destacat és l'alta motivació assenyalada, aquest factor també queda corroborat per ser una de les emocions que més sovint trobàvem en la segona pregunta, que feia referència a les emocions que experimentaven en relació amb la seva feina. Seguidament també comenten posseir un bon autoconeixement i es consideren notablement preparats per assumir la feina d'acompanyar emocionalment als joves obtenint una puntuació mitjana de 7,5. L'aspecte en que es mostren menys preparats és en la disponibilitat de recursos i eines pràctiques per poder portar a bon terme aquest acompanyament.

Aquest aspecte va ser important i considerat per la formadora per ajustar el disseny del programa de formació i especialment pel disseny i recursos a incloure en el programa de d'educació emocional per a joves (Movere).

La darrera pregunta del QAN no s'analitza, ja que es una activitat de la formació impartida dins del FOEC als orientadors.

2.2 Resultats inicials del CDE-A35.v3. Qüestionari de desenvolupament emocional (v. Cat) (Pérez-Escoda, N i Alegre, A., 2018).

Inicialment 14 orientadors/es es van aplicar el qüestionari de competències emocionals i es van obtenir les següents puntuacions:

	N	Mitjana	Desv. típ.
Consciència Emocional	14	8,05	1,16
Regulació Emocional	14	7,25	1,20
Autonomia Emocional	14	5,63	1,63
Competència Social	14	8,53	0,92
Competències de Vida	14	7,40	2,02
TOTAL	14	7,47	0,98

Durant la formació es van entregar als usuaris els seus informes individuals amb els resultats obtinguts a la prova i aquests es van utilitzar en el decurs de la formació.

Convé assenyalar que per ser curosos amb la recerca en les comparatives finals aquesta puntuació serà revisada i ajustada en funció de les 13 persones que finalitzen el procés i de les quals es té puntuació posttest. Així les puntuacions definitives a tenir en compte per poder valorar un progrés fruit de la formació es fan a partir de les mitjanes dels 13 participants definitius.

	N	Mitjana	Desv. típ.
Consciència Emocional	13	8,12	1,19
Regulació Emocional	13	7,25	1,25
Autonomia Emocional	13	5,63	1,70
Competència Social	13	8,59	0,93
Competències de Vida	13	7,40	2,10
TOTAL	13	7,50	1,01

Com a reflexió inicial sobre aquests resultats val a dir que les puntuacions mitjanes són considerablement altes, la qual cosa és positiva indicant que les persones orientadores posseeixen d'entrada un nivell de competències emocionals considerable. L'única dimensió més feble seria la de l'autonomia emocional que es situa en un nivell mitjà.

Aquest aspecte suposa tot un repte en relació a poder observar canvis estadísticament significatius en la situació final (després de la formació), ja que quan es parteix de puntuacions altes les millores són habitualment més qualitatives i menys sensibles a les puntuacions numèriques.

2.3 Resultats inicials del SWLS. Qüestionari de satisfacció amb la vida (Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. i Griffin, S., 1985).

Inicialment 14 orientadors/es es van aplicar el qüestionari de satisfacció amb la vida obtenint una puntuació mitjana de: 28,00.

Novament convé assenyalar que en la situació final només es van obtenir resposta en aquesta prova de 13 orientadors/es per la qual cosa la puntuació mitjana del pretest que s'utilitzarà en la comparativa final serà la mitjana d'aquest que és 28,07 punts.

D'acord amb els barems de la prova aquesta puntuació es situa en la forquilla de 25 a 29, interpretant-se com una satisfacció alta, és a dir, les persones d'aquest rang, els agrada la seva vida i senten que les coses estan anant bé. La vida no és perfecta, però la perceben

majoritàriament de forma positiva. Tanmateix, aquesta satisfacció no implica necessàriament conformisme. Per a moltes persones d'aquest alt rang, la vida és quelcom per gaudir, i els elements essencials estan anant bé: treball, família, amics, lleure i desenvolupament personal. La persona pot treure motivació de les seves àrees d'insatisfacció.

Novament aquests resultats són força satisfactoris d'entrada i tornen a representar un repte important, ja que com més elevada és la satisfacció amb la vida més difícil és aconseguir la seva millora i detectar-la quantitativament amb l'estudi estadístic.

2.4 Resultats inicials del QSEA. Qüestionari de sensació d'estrès i afrontament (GROP,2019).

Inicialment 11 orientadors es van aplicar el qüestionari de sensació d'estrès i afrontament i van obtenir les següents puntuacions (mitjana del grup):

	N	Media	Desv. típ.
SEA-A	11	3,29	1,41

Donat que la prova puntuava entre 0 i 10. El nivell del grup, mitjana a l'inici és 3,3, és un nivell baix per la qual cosa inicialment no hi havia necessitat de fer intervenció específica en aquest sentit.

3. Avaluació de procés, durant el període d'implementació de les activitats formatives

3.1 Avaluació de procés del Nivell 1

Recordem que aquest nivell estava format per 8 sessions presencials de 5 hores fent un total de 40 hores de formació i 8 hores de treball individual entre sessions. L'objectiu principal ha estat la millora de les competències emocionals de les orientadores.

Per recollir informació sobre el procés del desenvolupament del programa es va aplicar als participants un qüestionari d'avaluació en finalitzar cadascuna de les 8 sessions. Aquestes dades permetien a la formadora anar constatant el nivell de satisfacció i aquells aspectes sobre els quals calia millorar per seguir avançant òptimament (vegeu Annex-1.3).

En concret en el qüestionari es demanava a les participants que informessin sobre els següents aspectes:

1. Valoració global de la sessió.
2. Nivell de claredat i comprensió de les explicacions.
3. Disposició de la formadora per aclarir dubtes .
4. Foment de la participació.
5. Grau de coneixements nous aportats.
6. Percepció d'aplicabilitat a altres àmbits de la seva vida.
7. Què és el que més t'ha agradat de la sessió?
8. Què creus que podríem millorar?

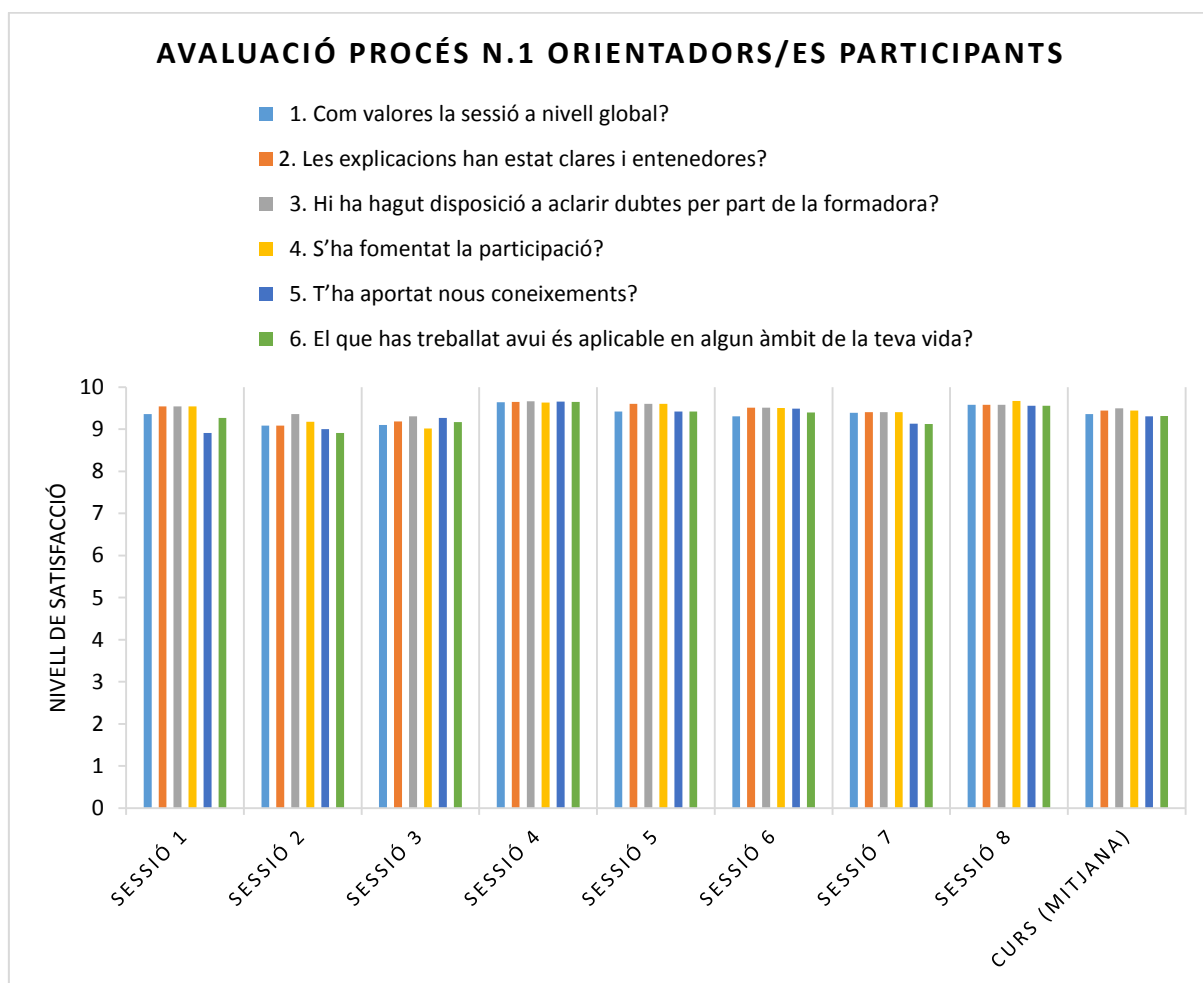
Les sis primeres preguntes es responien numèricament en una escala de 0 a 10 i les dues restants eren obertes i optatives.

La formadora en finalitzar cada sessió també s'aplicava un qüestionari, posteriorment contrastava les opinions expressades pels participants amb la pròpia percepció de com s'anava desenvolupant el curs. Més endavant es presentaran les respostes fetes per la formadora.

En la gràfica següent es presenten el promig dels resultats de les respostes dels orientadors/es a cadascuna de les 6 primeres qüestions per a cadascuna de les sessions:

	1. Com valores la sessió a nivell global?	2. Les explicacions han estat clares i entenedores?	3. Hi ha hagut disposició a aclarir dubtes per part de la formadora?	4. S'ha fomentat la participació?	5. T'ha aportat nous coneixements?	6. El que has treballat avui és aplicable en algun àmbit de la teva vida?
Sessió 1	9,36	9,55	9,55	9,55	8,91	9,27
Sessió 2	9,09	9,09	9,36	9,18	9,00	8,91
Sessió 3	9,10	9,19	9,31	9,02	9,27	9,17
Sessió 4	9,65	9,65	9,66	9,64	9,66	9,65
Sessió 5	9,42	9,60	9,61	9,60	9,42	9,42
Sessió 6	9,31	9,51	9,51	9,51	9,49	9,40
Sessió 7	9,39	9,41	9,41	9,41	9,14	9,13
Sessió 8	9,58	9,58	9,58	9,67	9,56	9,56
CURS (mitjana)	9,36	9,45	9,50	9,45	9,31	9,31

Aquests resultats s'han representat també gràficament:



Com es pot observar els resultats han estat excel·lents, superant en tots els casos el 9 com a nota mitjana. Podem concloure que la seva satisfacció ha estat molt alta i no ha davallat en cap moment del procés. Igualment es pot afirmar que a la llum dels resultats els orientadors/es han augmentat considerablement els seus coneixements i aquest no només són útils per a la seva vida professional sinó transferibles a altres àmbits de la seva vida quotidiana.

De les respostes a la pregunta qualitativa en relació amb aquells aspectes que més els han agradat destaquen aspectes relacionats amb la metodologia, el bon clima propiciat per la formadora i alguns dels aprenentatges concrets treballats en cadascuna de les sessions en particular.

A continuació es recullen a títol d'exemple algunes de les frases textuais escrites pels participants:

"L'ambient creat que ha facilitat la comunicació i el compartir experiències entre tots els participants. Les explicacions s'han fet molt entenedores." (7.1, p5)

"Entendre més cosetes del cervell. M'entren ganes de llegir més, de buscar, de tenir eines per poder explicar les emocions. (7.4, p.1)

"He après a reconèixer l'eina de legitimació, pot ser ho utilitzava però no sabia perquè. Molts recursos comunicatius per a mi i alumnes. La dinàmica - pensament flexible." (7.4, p.2)

"Les dinàmiques, perquè ens ha ajudat a conèixer-nos més a nosaltres mateixos i com reaccionem davant de certes situacions" (7.5, p.6)

"Identificar els errors de pensament. Reflexionar sobre que ens creiem els nostres pensaments i afecten al nostre comportament. Possibilitat de poder canviar els pensaments, parar i prendre consciència." (7.6, p.1)

"Tot, és de les que més m'ha agradat. Molt útil la comunicació assertiva i les relacions. Entendre el procés de felicitat i les prioritats a la vida per aconseguir benestar." (7.8, p.3)

En relació amb la segona pregunta qualitativa que permetia que els participants expressessin quins aspectes es podrien millorar, val a dir que el nivell de respostes va ser menor, però tot i això es van fer aportacions que en general el que proposaven era fer encara més dinàmiques o proposar una ampliació del curs de formació i en general agraïen o valoraven el que s'havia treballat afirmant que no calia millorar res.

Novament, es presenten a títol d'exemple algunes de les respostes textuais dels participants:

"Voldria fer més dinàmiques de grup." (8.1, p.8)

"D'aquesta sessió crec que res." (8.2, p.6)

"L'any 2019 té molts dies, per tant 2a part del curs. " (8.4,p.1)

"Se m'ha fet curta. Tinc ganes de seguir amb les estratègies de regulació emocional." (8.5, p.2)

"Amb alguna dinàmica més al final de la teoria." (8.7, p.4)

"Tot estupendo!" (8.8, p.6)

Pel que fa a la formadora, les seves avaluacions pel que fa al Nivell 1 es centraven en respondre a les següents qüestions:

1. He pogut treballar els continguts preparats.
2. He aconseguit arribar als objectius proposats.
3. Les propostes de treball han motivat als participants.
4. He tingut dificultats al llarg de la sessió.
5. Em sento satisfet/a amb el treball realitzat.

	1. He pogut treballar els continguts preparats	2. He aconseguit arribar als objectius proposats	3. Les propostes de treball han motivat als participants	4. He tingut dificultats al llarg de la sessió	5. Em sento satisfet/a amb el treball realitzat
Sessió 1	10	9	9	0	9
Sessió 2	7	9	9	0	9
Sessió 3	7	9	8	0	9
Sessió 4	7	9	9	0	9
Sessió 5	8	9	9	0	9
Sessió 6	7	9	9	0	9
Sessió 7	7	9	9	0	9
Sessió 8	7	9	9	0	9
CURS-N1	7,5	9	8,875	0	9

Aquests resultats permeten constatar que la formadora està també molt satisfeta amb la formació realitzada en cadascuna de les sessions. Destaca el fet que amb l'excepció de la primera sessió en les restants considera que no ha pogut treballar la totalitat dels continguts previstos. No obstant això, d'acord amb el parer de la formadora s'han assolit correctament els objectius proposats. Aquest fet pot ser explicat en part per una de les observacions qualitatives dels participants que deia textualment:

“De vegades parlo més del degut, no deixem a Katia que ens expliqui més coses! Som molt xerraries!” (8.3, p.1)

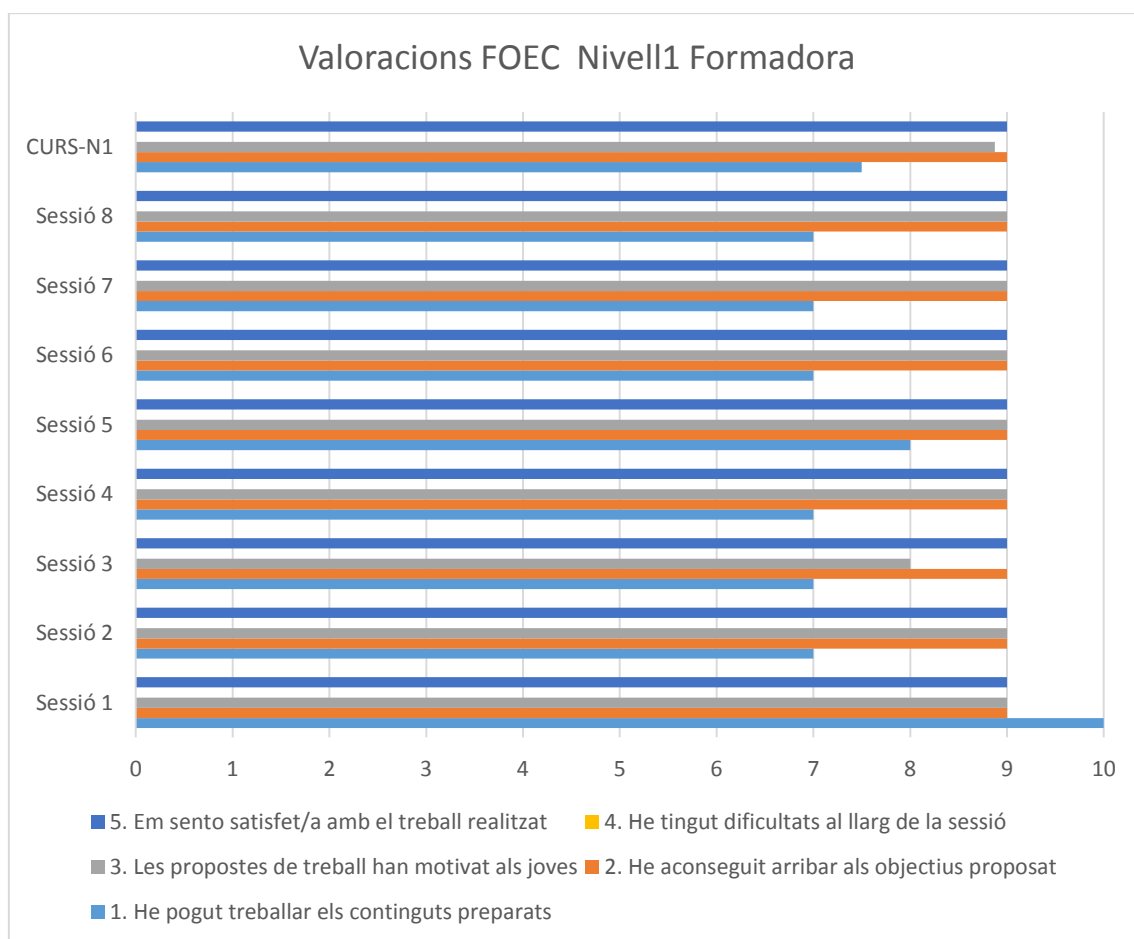
També podem interpretar pensant que el programa podria ser més extens i que podria tenir unes quantes hores més de durada per poder introduir encara més dinàmiques a les sessions tal com valoraven els participants.

Un altre tema a destacar és l'absència de dificultats durant les sessions. És a dir, no s'ha produït cap imprevist que hagi dificultat la programació establerta.

Finalment, considerar que el nivell de satisfacció de la formadora en finalitzar cadascuna de les sessions i també com a mitjana d'aquest primer nivell ha estat un 9 sobre 10, això vol dir que coincideixen les valoracions dels participants amb la de la formadora.

En resum, podem afirmar que aquest primer nivell de formació ha estat molt ben valorat tant per les persones participants com per la formadora.

A continuació es presenta la gràfica de les valoracions al Nivell 1 que va fer la formadora:



Nota: vegis que l'absència del color groc a la representació respon a la puntuació 0 obtinguda en aquesta pregunta.

3.2 Avaluació de procés del Nivell 2

Pel que fa a l'avaluació de procés del Nivell 2, recordem que aquest nivell estava format per 4 sessions presencials de 5 hores, fent un total de 20 hores de formació. L'objectiu d'aquest nivell ha estat la capacitat dels orientadors/es per a l'aplicació del projecte de formació en desenvolupament de competències emocionals per a joves Movere.

Amb l'objectiu de poder recollir informació sobre el procés del desenvolupament de la formació es, va aplicar als orientadors/es un qüestionari d'avaluació en finalitzar cadascuna de les 4 sessions. Aquestes dades permetien a la formadora anar constatant el nivell de satisfacció i aquells aspectes sobre els quals calia millora per seguir avançant òptimament (vegeu Annex-1.4). En concret en el qüestionari es demanava a les participants que informessin sobre els següents aspectes:

1. Com valors la sessió a nivell global?
2. Les explicacions han estat clares i entenedores?
3. Hi ha hagut disposició a aclarir dubtes per part de la formadora?
4. El material facilitat et serà útil per desenvolupar les sessions del Movere?
5. Què és el que més t'ha agradat de la sessió?
- 6 Què creus que podríem millorar de la sessió?
7. Què valors com a positiu del material facilitat?
8. Què creus que es podria millorar del material que t'hem facilitat?

Les quatre primeres preguntes es responien numèricament en una escala de 0 a 10 i les quatre restants eren obertes i optatives.

En la gràfica següent es presenten els resultats de les respostes dels estudiants a cadascuna de les 6 primeres qüestions per cadascuna de les sessions.

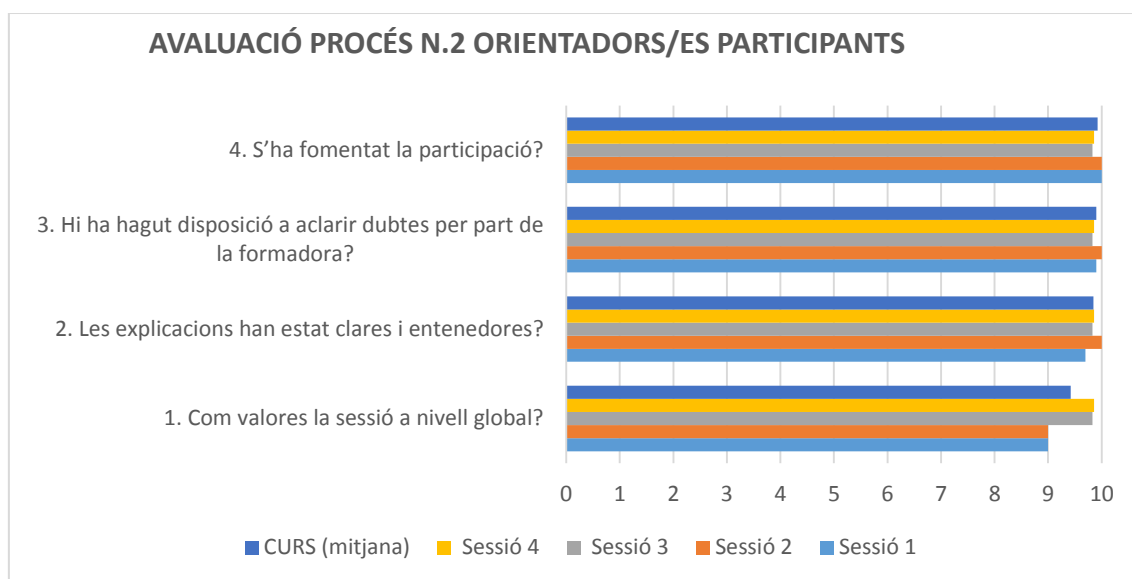
	1. Com valors la sessió a nivell global?	2. Les explicacions han estat clares i entenedores?	3. Hi ha hagut disposició a aclarir dubtes per part de la formadora?	4. S'ha fomentat la participació?
Sessió 1	9	9,70	9,90	10
Sessió 2	9	10	10	10
Sessió 3	9,83	9,83	9,83	9,83
Sessió 4	9,86	9,86	9,86	9,86
CURS (mitjana)	9,42	9,85	9,90	9,92

La formadora en finalitzar cada sessió també s'aplicava un qüestionari i posteriorment contrastava les opinions expressades pels participants amb la pròpia percepció de com s'anava desenvolupant el curs. Més endavant es presentaran les respostes fetes per la formadora.

Com es pot observar els resultats han estat novament excel·lents, superant en tots els casos el 9,4 com a nota mitjana en una escala entre 0 i 10.

Per la qual cosa podem concloure que la seva satisfacció ha estat molt alta i no ha davallat en cap moment del procés. Igualment es pot afirmar que a la llum dels resultats, els orientadors han augmentat considerablement els seus coneixements i aquest no només són útils per a la seva vida professional sinó transferibles a altres àmbits de la seva vida quotidiana.

Aquests resultats s'han representat també gràficament:



De les respostes a l'apartat qualitatiu, en concret pel que fa a la pregunta 5 en referència a aquells aspectes que més els han agradat, el conjunt d'orientadors/es destaquen el fet que es parteix d'un material prèviament elaborat, molt estructurat i fàcil de desenvolupar, que les activitats estan preparades i tenen tots els recursos necessaris preparats (vídeos, PowerPoint, etc.), que es facilita la seva adaptació en les sessions i que es pot anar adaptant entre totes, a més de tenir l'oportunitat de constatar com ho van implementant i com es van sentint en aplicar el Movere amb els joves.

A continuació es recullen a títol d'exemple algunes de les frases textuais escrites pels participants:

"L'interès de la formadora per donar tota la informació ben estructurada per facilitar la nostra feina amb els joves." (5.1, p1)

"Que ens ha facilitat tot el material necessari per desenvolupar les sessions." (5.1, p.8)

"Que estan totes les dinàmiques preparades i la feina molt facilitada." (5.2, p.7)

"Que la Katia ens ha explicat de forma molt entenedora com desenvolupar nosaltres les sessions." (5.3, p.6)

"L'explicació de les experiències dels diferents grups." (5.4, p.2)

En relació a la segona pregunta qualitativa (pregunta 6 del qüestionari) que permetia que les participants expressessin quins aspectes es podrien millorar, val a dir que majoritàriament assenyalen que res, i en algunes ocasions es fan suggeriments puntuals com els que es recullen textualment:

"Exemplificació i vivències dinàmiques." (6.1, p.6)

"Posar música." (6.1, p.10)

"Res." (6.2, p.5), (6.3, p.3), (6.3, p.4), (6.3, p.5), (6.2, p.6), (6.4, p.2), (6.4, p.7) entre altres.

"Algun dels vídeos, potser n'hi ha algun de llarg o difícil d'entendre per a ells." (6.2, p.6)

"Afegir una dinàmica final." (6.4, p.1)

En la pregunta 7 es feia referència explícitament sobre el material facilitat. En aquest sentit es pot afirmar que totes les valoracions han estat molt positives i enriquidores. Vegem algunes aportacions textuais:

"L'ordre per sessió amb els nivells de concreció, l'ajuda del PPT i l'audiovisual com a suport i la combinació de dinàmiques, activitats i explicacions." (7.1, p.4)

"Que està tot molt ben muntat i estructurat. Resulta molt fàcil realitzar les sessions." (7.2, p.6)

"Que està molt "mastegat" per a que els alumnes puguin entendre/realitzar de manera molt fàcil." (7.3, p.2)

"Que es podran aplicar millores per tal que el MOVERE sigui més afectiu i agradi més als joves." (7.4, p.6)

Finalment, en la darrera pregunta del qüestionari (pregunta 8), on es demanava als orientadors que facilitessin la seva opinió sobre el que era millorable del material, la majoria apunta que res, però en alguns casos es fan aportacions interessants del tipus:

"Enquadernat i ordenat" (8.1, P.6)

“Penjar-lo al Drive amb les correccions o modificacions pròpies.”(8.2, p.2)

“He dit d'afegir alguns vídeos més i també lo de les valoracions o "el que me'n porto" de les sessions. Registrar-ho de cara a les properes sessions.” (8.4, p.1)

Pel que fa a la formadora, les seves avaluacions pel que fa al Nivell 2 es centraven en respondre a les mateixes qüestions que ja es va formular en l'avaluació del Nivell-1:

1. He pogut treballar els continguts preparats
2. He aconseguit arribar als objectius proposats
3. Les propostes de treball han motivat als participants
4. He tingut dificultats al llarg de la sessió
5. Em sento satisfet/a amb el treball realitzat

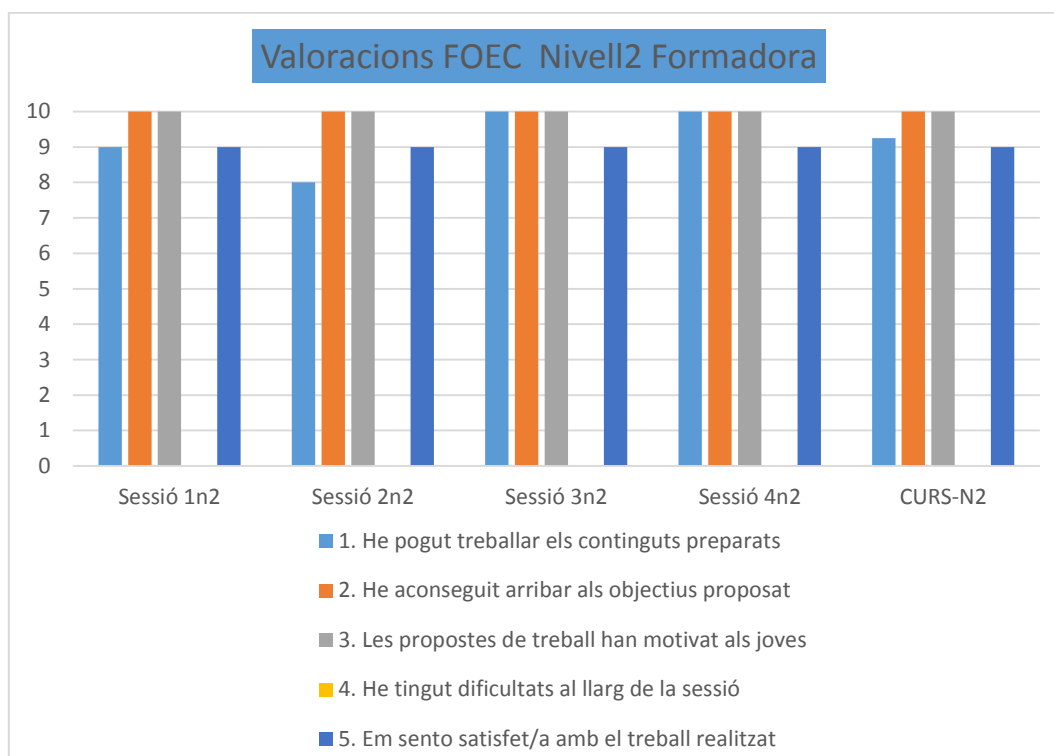
Els resultats obtinguts permeten constatar, novament, l'alt nivell de satisfacció de la formadora amb aquest segon nivell, en el qual es perseguia la capacitat dels orientadors i el seguiment de l'aplicació del projecte de formació Movere. En totes les sessions s'ha pogut treballar majoritàriament la totalitat dels continguts previstos, encara que a la segona sessió, sembla que és on ha costat una mica més. No obstant això, s'han assolit la totalitat dels objectius proposats i s'ha aconseguit una molt bona motivació dels participants.

	1. He pogut treballar els continguts preparats	2. He aconseguit arribar als objectius proposats	3. Les propostes de treball han motivat als participants	4. He tingut dificultats al llarg de la sessió	5. Em sento satisfet/a amb el treball realitzat
Sessió 1	9	10	10	0	9
Sessió 2	8	10	10	0	9
Sessió 3	10	10	10	0	9
Sessió 4	10	10	10	0	9
CURS-N1	9,25	10	10	0	9

Un altre tema a destacar és l'absència de dificultats durant les sessions. És a dir, no s'ha produït cap imprevist que hagi dificultat la programació establerta.

Finalment dir que el nivell de satisfacció de la formadora en finalitzar cadascuna de les sessions i també com a mitjana d'aquest segon nivell ha estat un 9, això vol dir que la formadora es puntua més rigorosament que els participants que recordem tenien una satisfacció propera la 9,5.

A continuació es presenta la gràfica de les valoracions al Nivell 2 fetes per la formadora:



Nota: vegis que l'absència del color groc a la representació respon a la puntuació 0 obtinguda per aquesta pregunta.

En resum, podem afirmar que aquest segon nivell de formació ha estat també molt ben valorat tant per participants com per la formadora.

4. Avaluació final dels orientadors participants

En finalitzar la formació es va realitzar una nova avaluació mitjançant l'aplicació de diferents instruments, alguns d'ells ja validats i altres creats ad hoc per a la recerca. Aquests instruments tret del QAN-Post coincideixen amb els presentats a l'avaluació de necessitats.

A continuació es detallen els instruments aplicats als orientadors participants.

- QAN-POST. *Qüestionari de necessitats* Posttest ad-hoc. (vegeu mostra en annex-1.5)
- CDE-A35.v3 *Qüestionari de desenvolupament emocional* (v. Cat) (Pérez-Escoda, N i Alegre, A., 2018). Aquest qüestionari va ser aplicat on-line.
- SWLS. *Qüestionari de satisfacció amb la vida* (Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. i Griffin, S., 1985). Aquest qüestionari va ser aplicat on-line.
- QSEA. *Qüestionari de sensació d'estrès i afrontament* (GROP,2019). Aquest qüestionari va ser aplicat on-line.

4.1 Resultats finals del QAN-POST-Qüestionari d'avaluació de necessitats en la versió final (*ad-hoc*).

En la situació final el QAN d'avaluació de necessitats (Vegis Annex 1.5), es tornava a demanar als orientadors/es que en un temps màxim de 3 minuts anotessin totes les paraules relacionades amb les emocions, sentiments o fenòmens afectius que coneguessin. La mitjana de mots escrits entre tots els orientadors va ser de 20 paraules, de les quals 11 feien referència a emocions negatives, 8 a positives i 1 a neutres. Aquest índex de respostes, d'acord amb l'estudi elaborat per Bisquerra i Filella (2018), s'hauria d'interpretar que el grup d'orientadors té un domini mitjà tendint a alt del vocabulari emocional. Aquestes dades comparades amb les obtingudes a la fase inicial posen en evidència que hi ha hagut un creixement en termes de millora del vocabulari emocional i que aquesta millora s'ha donat tant pel que fa a les emocions positives com a les negatives. En aquest sentit podem dir que la participació dels orientadors en el FOEC els ha permès enriquir el seu vocabulari emocional.

En relació amb la segona pregunta, els orientadors/es manifesten que en la fase final del FOEC, els sentiments que experimentaven en relació amb la seva feina seguien sent força ambivalents. No obstant en aquest moment en lloc de la motivació inicial envers la feina, destacaven específicament la responsabilitat, l'interès, la satisfacció i la il·lusió. I com a emocions negatives destaquen l'ansietat, la preocupació i la incertesa. En preguntar-los sobre els motius del malestar trobem explicacions com la incertesa sobre la continuïtat del programa, la sensació de no acabar mai en tenir molts fronts oberts, la manca de previsió des de l'equip directiu i els encàrrecs i canvis de darrera hora, la manca de temps i possibilitats per crear nous programes pels joves, la reacció negativa d'alguns joves, el volum de feina i la seva diversitat. Aquestes inquietuds poden analitzar-se com que destaquen una major consciència del que implica la seva feina com a orientadors en el si del projecte i a l'hora com la seva preocupació per poder-la desenvolupar de la millor manera possible. I curiosament en un dels casos es manifesta l'absència de malestar a la feina. S'observa que en la fase final els orientadors aporten informació més acurada pel que fa als seus sentiments relacionats amb la feina.

En la pregunta següent, quan se'ls demanava per les estratègies o recursos per afrontar aquests malestars, sorprèn positivament un cert increment de propostes que ofereixen els orientadors en contrast amb el qual exposaven en la fase inicial. Així per citar-ne alguns textualment a títol d'exemple, indiquen:

“mecanismes per detectar estratègies o intervencions que hagin funcionat.....recull d’idees....facilitar l’intercanvi de coneixements....recursos....,recordar les coses positives...” (4, p.1)

“m’estic intentant organitzar més bé” (4, p. 2)

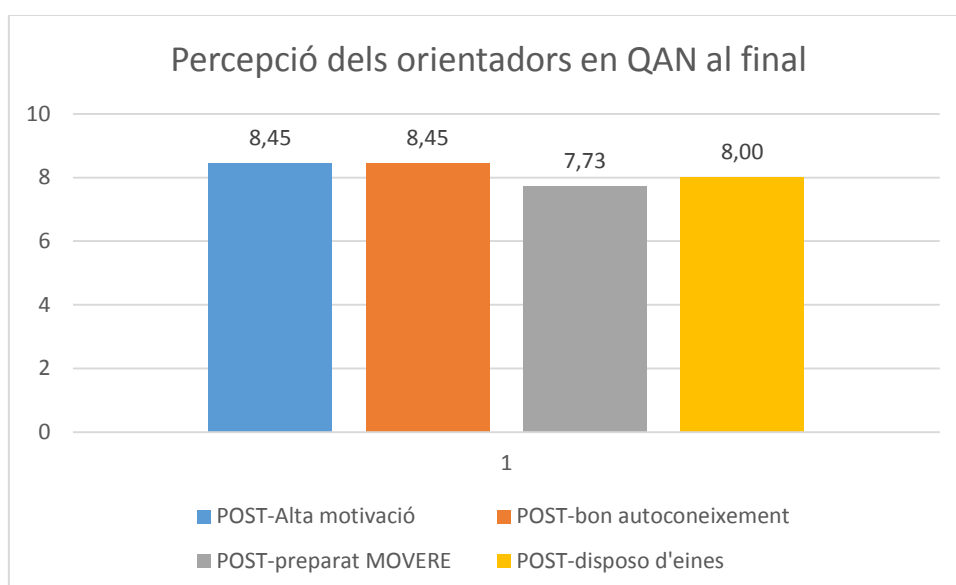
“tècniques de relaxació i respiració” (4, p.5)

“acceptar que el ritme de feina molts cops és elevat, a diversificar el temps i no preocupar-me excessivament si no arribo a alguna cosa” (4, p.7)

“pensar en que després es veuran els resultats.....centrar-me en els avenços....organitzar la feina” (4, p.8)

“prendre perspectiva, mirada a mig termini i visió del canvi com una oportunitat, més enllà de mi mateixa” (4, p.10)

Finalment en el qüestionari QAN s’inclouïa una pregunta quantitativa en la qual es demanava que els orientadors valoressin en una escala de 0-10 el seu acord o desacord amb 4 afirmacions relacionades amb la seva motivació, autoconeixement, preparació per acompanyar als joves i eines i recursos pràctics disponibles per a fer l’acompanyament emocional dels joves. En el gràfic següent presentem els resultats a aquesta pregunta.



Com s’observa clarament en el gràfic els elements més destacats són l’alta motivació i el nivell d’autoconeixement assenyalats pels orientadors. En aquest darrer cas s’observa una millora respecte a la situació inicial. Igualment es consideren notablement preparats per assumir la feina d’acompanyar emocionalment als joves obtenint una puntuació mitjana de 7,73, lleugerament superior a la inicial. L’aspecte en el qual mostren una major millora és en la disponibilitat de recursos i eines pràctiques per a poder portar a bon terme aquest

acompanyament. En aquest aspecte han millorat considerablement passant d'un 6,55 a un 8. Aquesta millora és clarament atribuïble a la seva participació en el FOEC, especialment en relació amb tots els recursos oferts en el marc del programa MOVERE.

La darrera pregunta del QAN consisteix a repetir una activitat de la formació consistent en dissenyar una hipotètica intervenció per a un cas pràctic. Tot i que és inviable analitzar amb deteniment els canvis entre les respostes inicial i final, es pot afirmar que els dissenys d'intervenció en la fase final, tenen una riquesa d'elements, organització i recursos molt més acurada que en els dissenys inicials.

4.2 Resultats finals del CDE-A35.v3. Qüestionari de desenvolupament emocional (v. Cat) (Pérez-Escoda, N i Alegre, A., 2018).

En la fase final 13 orientadors dels 14 que havien iniciat la formació van respondre al qüestionari. Els resultats obtinguts i a tenir en compte per poder valorar un progrés fruit de la formació s'exposen a continuació.

	N	Mitjana	Desv. típ.
Consciència Emocional	13	8,23	1,06
Regulació Emocional	13	7,77	0,97
Autonomia Emocional	13	6,23	1,48
Competència Social	13	8,45	0,83
Competències de Vida	13	7,66	1,51
TOTAL	13	7,75	0,88

Si procedim a fer la comparativa entre els resultats inicials i finals podem observar l'evolució del grup tal com es mostra en la taula següent:

Comparativa entre abans i després del FOEC dels resultats del CDE_A en els orientadors/es

	<i>PRETEST</i>		<i>POSTEST</i>		Contrast z	d de cohen
	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>		
TOTAL	7.45	1.01	7,75	0,88	,27 n.s	.32
<i>Consciència Emocional</i>	8,12	1,19	8,23	1,06	,82 n.s	.10
<i>Regulació Emocional</i>	7,25	1,25	7,77	0,97	,15 n.s	.46
<i>Competència Social</i>	8,59	0,93	8,45	0,83	,21 n.s	.16
<i>Autonomia Emocional</i>	5,63	1,70	6,23	1,48	,19 n.s	.38
<i>Competències de Vida</i>	7,40	2,10	7,66	1,51	,79 n.s	.14

N=13

A la llum de les puntuacions mitjanes obtingudes, amb l'única excepció de la dimensió de competències socials, en totes les altres dimensions i en la competència emocional total s'observa una tendència a la millora un cop finalitzat el programa. Aquest aspecte cal valorar-lo d'entrada com a molt positiu, perquè com es comentava en la fase inicial de l'avaluació partíem d'una mostra amb puntuacions o nivells inicials ja molt elevats i en aquests casos seguir millorant és un repte molt més difícil.

Per determinar si aquests canvis poden ser considerats estadísticament significatius, s'ha utilitzat el test de Wilcoxon pel contrast de mitjanes no paramètriques amb dades aparellades, ja que les dades no s'ajusten a la distribució normal al tractar-se d'un grup molt reduït de persones. En realitzar aquest anàlisi, els resultats ens indiquen que no podem considerar l'existència de diferències significatives entre les puntuacions mitjanes ($p > 0,05$). No obstant això, cal tenir en compte que sovint amb mostres tan petites les proves de contrast de mitjanes utilitzades habitualment no són prou sensibles als canvis i per aquest motiu la comunitat científica recomana realitzar una nova anàlisi que consisteix a calcular la d de Cohen per conèixer la magnitud de l'efecte de la intervenció.

Un cop realitzada aquesta segona anàlisi els resultats del qual es poden trobar a la darrera columna² de la taula anterior, podem afirmar que les millores tindrien un valor a considerar tant pel que fa a la millora total ($d = 32$) com en les dimensions de regulació ($d = 48$) i d'autonomia emocional ($d = 38$).

Es pot interpretar la puntuació total observant que el 62,5% dels orientadors al finalitzar el programa de formació FOEC tenien un nivell de competències emocionals superior al de la mitjana a l'iniciar la intervenció. Pel que fa a les competències de regulació emocional, aquest percentatge de millora afecta al 68,4% i en relació a l'autonomia emocional a un 64,8% de les participants. Cal considerar aquestes informacions positives tenint en compte que es partia d'un grup amb uns bons nivells de desenvolupament emocional en la situació prèvia a la formació i en aquest casos les millores esperables són habitualment més petites.

² Per al càlcul de la d de Cohen s'ha utilitzat el programa: <https://www.socscistatistics.com/effectsize/default3.aspx>

4.3. Resultats finals del SWLS. Qüestionari de satisfacció amb la vida (Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. i Griffin, S., 1985).

Novament convé assenyalar que en la situació final només es van obtenir resposta en aquesta prova de 13 orientadors/es.

La puntuació mitjana obtinguda en la satisfacció amb la vida després del FOEC va ser de 28,77. Això indica una petita tendència a la millora. Quan aquest valor s'analitzen en el marc dels barems de la prova s'observa que aquesta puntuació segueix situada dins de la forquilla de 25 a 29 interpretant-se com una satisfacció alta.

Si fem el contrast de mitjanes entre les dues puntuacions i el càlcul de la magnitud de l'efecte observem que:

	<i>PRETEST</i>		<i>POSTEST</i>		<i>Contrast z</i>	<i>d de Cohen</i>
	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>		
TOTAL	28.07	3.25	28.77	6,23	,25 n.s	.14

Estadísticament les diferències no mostren canvis significatius i que la magnitud de l'efecte és insignificant, per la qual cosa no podem atribuir aquesta tendència a la millora a la participació en el programa del FOEC.

4.4 Resultats finals del QSEA-J. Qüestionari de sensació d'estrès i afrontament (GROP,2019).

Inicialment 11 orientadors es van aplicar el qüestionari de sensació d'estrès i afrontament i van obtenir les següents puntuacions (mitjana del grup):

	<i>PRETEST</i>		<i>POSTEST</i>		<i>Contrast z</i>	<i>d de Cohen</i>
	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>		
TOTAL	3,29	1,41	2,47	1,06	,17 n.s	.66

N=11

La mitjana del grup ha experimentat una tendència a disminuir, obtenint en la situació postintervenció una puntuació de 2,47 sobre 10 el que suposa un nivell d'estrès molt baix. Tot i que la situació de partida ja era força baixa encara s'ha assolit un nivell millor en la situació postintervenció. Quan s'ha estudiat estadísticament el contrast entre les mitjanes en la fase pretest i posttest, s'observa que les diferències no són significatives, no obstant el càlcul de la

magnitud de l'efecte ens diuen que val la pena tenir en compte aquests resultats a conseqüència de la participació en el FOEC, ja que una d de Cohen de .66 ens indica que el 74,5% dels participants després de la intervenció han reduït el seu nivell d'estrès en relació amb la mitjana de la fase inicial.

5. Conclusions

Amb el FOEC s'ha creat i desenvolupat un projecte de desenvolupament de competències emocionals adreçat a un total 13 professionals de l'orientació, s'ha construït un projecte d'educació emocional per a joves (Movere) i s'ha format als orientadors/es per a la seva aplicació dins del Programa de Noves Oportunitats que la Fundació Gentis gestiona a les Terres de l'Ebre. També s'ha elaborat una guia pedagògica per a la replicabilitat en el desenvolupament del projecte Movere i fer possible l'aplicació rigorosa en els diferents punts d'intervenció al territori.

Els professionals que han participat de la formació es mostren altament satisfets tant en el Nivell 1, com el Nivell 2 de la formació facilitada, amb unes puntuacions mitjanes superiors a 9 sobre 10 en ambdós nivells. A partir de l'avaluació de procés, podem afirmar que els orientadors no només han augmentat els seus coneixements respecte a la gestió emocional, sinó que han manifestat que aquests coneixements també han estat molt útils per a la seva vida personal i professional.

Pel que fa a la seva tasca com a orientadors/es manifesten la necessitat de gestionar un conjunt creixent de situacions i dificultats que van trobant en el desenvolupament de les seves funcions i que requereixen una bona gestió emocional. En aquest sentit destaquen que amb el curs s'han sentit més preparats/des i amb més recursos pràctics per poder acompanyar emocionalment als joves.

L'anàlisi estadístic de les proves aplicades mostra que el 62,5% dels orientadors/es al finalitzar el programa de formació tenen un nivell de competències emocionals superior al de la mitjana a l'iniciar la intervenció. Aquestes millores tenen un valor destacable en la competència emocional total ($d = 32$), la dimensió de regulació ($d = 48$) i d'autonomia emocional ($d = 38$). Podem considerar aquests resultats d'especial rellevància, ja que partíem d'un grup amb puntuacions altes a nivell inicial i en aquests casos el fet que encara s'evidenciï una millora competencial es considera un èxit.

Pel que fa al vocabulari emocional, la mitjana de coneixement d'emocions es veu augmentada en 5 punts, passant de 15 a 20. Aquestes dades comparades amb les obtingudes a la fase inicial posen en evidència que hi ha hagut una millora considerable del vocabulari emocional i que aquesta millora s'ha donat tant pel que fa a les emocions positives com a les negatives. En aquest sentit podem dir que la participació dels orientadors en el FOEC els ha permès enriquir el seu vocabulari emocional. En relació a la satisfacció amb la vida també s'observa una lleugera millora, tot i que en aquest cas no es pot considerar significativa.

Pel que fa a la sensació d'estrès, es partia inicialment d'un nivell baix d'estrès. A partir del càlcul de la magnitud de l'efecte s'observa com un 74,5% de les participants ha reduït encara més el seu nivell d'estrès després de participar en la formació.

Els bons resultats obtinguts en aquesta primera àrea del POEC han representat un element clau per facilitar la correcta aplicació de la formació posterior als joves.

Els resultats de l'avaluació del FOEC evidencien que s'han aconseguit els objectius pels quals va ser creat i permeten constatar que amb un disseny formatiu ben fonamentat teòricament i dotat de metodologies contrastades, és possible millorar les competències emocionals dels orientadors/es que els han de permetre, sense cap mena de dubte, un millor desenvolupament de les tasques i funcions professionals, reforçant la seva pròpia autogestió emocional, la intel·ligència emocional del grup de treball i les estratègies d'acompanyament emocional als joves, necessàries tant per vincular positivament amb ells, com per poder donar respostes de gestió adequades a les situacions de contingut emocional que es presentin.

Tot el que acabem d'esmentar ens anima a seguir dissenyant projectes en aquesta línia, i agraïm a la Fundació Gentis el suport i la iniciativa per impulsar accions innovadores i necessàries com el FOEC.

6. Annexes FOEC

6.1. Annex 1.1

Consentiment informat per a la recollida i tractament de dades personals (FOEC)

Dades de la persona participant:

Nom:	
Cognoms:	
DNI / NIE:	

Si us plau, abans de signar llegeixi amb atenció aquesta informació.

Com a participant del “Programa orientadors emocionalment competents” se’l demana que respongui a uns qüestionaris que el permetran reflexionar sobre l’eficàcia del programa sobre la millora de les seves competències emocionals i dels joves atesos en el programa de Noves Oportunitats. Se li facilitarà un informe sobre els seus resultats inicials i finals en referència al nivell de desenvolupament emocional. Se li demanarà resposta a alguns qüestionaris en diversos moments. A l’inici de la formació, durant i un cop finalitzada la mateixa. Aquestes dades permetran valorar l’efecte de la formació rebuda en el desenvolupament de les competències emocionals i la seva satisfacció amb la mateixa.

La Fundació Privada Gentis i el GROU (Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica), informen -i vostè consent expressament al signar aquest document- que en compliment de la LOPD³, les seves dades personals seran objecte de tractament confidencial, amb l’única finalitat d’avaluar les seves competències emocionals en el marc d’aquesta formació i recerca i amb la possibilitat de disposar dels resultats obtinguts, respectant en tot moment l’anonimat de les seves dades personals. La seva participació a l’estudi no tindrà cap repercussió en l’avaluació o superació del curs. La seva participació en l’estudi no comporta cap despesa ni remuneració.

Signat a _____ a _____ de _____ de _____

(Signatura)

³ Llei Orgànica 15/1999, de 13 de desembre de Protecció de Dades de Caràcter Personal.

6.2. Annex 1.2.a

Qüestionari sociodemogràfic i qüestionari d'avaluació de necessitats PRE

DNI: _____ Sexe: _____

A continuació tens un seguit de preguntes que ens ajudaran a conèixer millor quina és la teva situació actual, detectar necessitats i avaluar les teves millores al final del projecte.

1. Edat: _____
2. Què has estudiat? _____
3. Has treballat anteriorment com a orientador/a? En cas afirmatiu indica quant de temps i la tipologia de projectes

4. Tens alguna formació prèvia en intel·ligència emocional? _____

Quina? _____

5. Quin és el teu grau de coneixement i quin és el interès per aprofundir en les següents temàtiques:

Puntuacions: 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(Gens)

(Molt)

	Grau de coneixement	Interès en aprofundir
Intel·ligències múltiples		
Competències emocionals		
Consciència emocional		
Regulació emocional		
Tècniques de reestructuració cognitiva		
Tècniques de relaxació		
Comunicació assertiva		
Autoconeixement i autoestima		
Conflicte i estratègies d'afrontament		
Motivació i canvi		
Acompanyament emocional als joves		
Els límits en la relació professional		
Altres:		

Preguntes obertes

6. Quines expectatives tens de la formació? Què t'agradaria emportar-te'n?

7. Quins aspectes relacionats amb la gestió emocional creus que són importants a l'hora de treballar com a orientadors/es?

8. Quins aspectes relacionats amb els joves creus que són importants a l'hora de treballar com a orientadors/es?

9. Què és per a tu la intel·ligència emocional?

6.3 Annex-1.2.b

Qüestionari d'avaluació de necessitats PRE

Identificador: _____

1. Escriu el nom de tots els sentiments que coneguis en el temps indicat.

2. Quins sentiments experimentes respecte la teva feina actual?

3. Hi ha alguna qüestió que et provoqui malestar l'hora de desenvolupar la teva feina? Podries explicar-la.

4. Si hi ha alguna qüestió que et provoqui malestar, quines estratègies has estat fent servir fins ara per fer-hi front?

5. Respon de 0 a 10 el teu grau d'acord o desacord en relació a les següents afirmacions. Una puntuació de 10 seria totalment d'acord i una puntuació de 1 en total desacord.

	(Totalment en desacord)	(Totalment d'acord)
a) Sóc una persona amb alta motivació	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
b) Tinc un bon autoconeixement	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
c) Em sento preparat/a per acompanyar emocionalment als joves	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
d) Disposo d'eines pràctiques per acompanyar emocionalment als joves	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	

6. Fes un esquema d'una hipotètica intervenció per al següent cas:

Lluís **no es sent capaç** d'aconseguir cap meta important doncs té la creença de que gairebé mai aconsegueix el que es proposa. Cada vegada que ha de fer alguna cosa nova, la inicia **sense entusiasme**, amb més **por al fracàs** que afany d'aconseguir l'èxit i repetint-se interiorment frases del tipus:

- *No podré; No puc aprendre, No sé perquè ho intento; Tothom s'estarà adonant de l'incompetent que sóc...*

Davant la primera dificultat sol abandonar, de manera que es reforça el judici negatiu anterior. D'aquesta manera, Lluís prefereix limitar-se a seguir realitzant les poques coses en les quals sent segur i **evita exposar-se a noves situacions** davant el temor a fracassar. Alhora, es repeteix a si mateix:

- *Sóc un fracassat incapaç de fer coses noves*

Moltes gràcies per la teva col·laboració ☺!

6.4 Annex 1.3

Avaluació de procés. Nivell 1.

Ens agradaria saber què t'ha semblat la sessió que has realitzat. Per conèixer la teva opinió et demanem que responguis a les següents preguntes:

Puntuacions: 0 1 2 3 4 5.....6.....7.....8.....9.....10

(Gens)

(Molt)

PUNTS

1. Com valores la sessió a nivell global?	
2. Les explicacions han estat clares i entenedores?	
3. Hi ha hagut disposició a aclarir dubtes per part de la formadora?	
4. S'ha fomentat la participació?	
5. T'ha aportat nous coneixements?	
6. El que has treballat avui és aplicable en algun àmbit de la teva vida?	

Què és el que més t'ha agradat de la sessió?

Què creus que podríem millorar?

Moltes gràcies per la teva col·laboració 😊!

6.5. Annex 1.4

Avaluació de procés. Nivell 2.

Ens agradaria saber què t'ha semblat la sessió que has realitzat. Per conèixer la teva opinió et demanem que responguis a les següents preguntes:

Puntuacions: 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(Gens)

(Molt)

PUNTS

1. Com valores la sessió a nivell global?	
2. Les explicacions han estat clares i entenedores?	
3. Hi ha hagut disposició a aclarir dubtes per part de la formadora?	
4. El material facilitat et serà útil per desenvolupar les sessions del Movere.	

a) Què és el que més t'ha agradat de la sessió?

b) Què creus que podríem millorar de la sessió?

c) Què valores com a positiu del material facilitat?

d) Què creus que es podria millorar del material que t'hem facilitat?

Moltes gràcies per la teva col·laboració ☺!

6.6. Annex 1.5

Qüestionari d'avaluació de necessitats POST

Identificador: _____

1. Escriu el nom de tots els sentiments que coneguis en el temps indicat.

2. Quins sentiments experimentes respecte la teva feina actual?

3. Hi ha alguna qüestió que et provoqui malestar l'hora de desenvolupar la teva feina? Podries explicar-la.

4. Si hi ha alguna qüestió que et provoqui malestar, quines estratègies has estat fent servir fins ara per fer-hi front?

5. Respon de 0 a 10 el teu grau d'acord o desacord en relació a les següents afirmacions. Una puntuació de 10 seria totalment d'acord i una puntuació de 1 en total desacord.

	<i>(Totalment en desacord)</i>	<i>(Totalment d'acord)</i>
a. Sóc una persona amb alta motivació	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
b. Tinc un bon autoconeixement	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
c. Em sento preparat/a per acompanyar emocionalment als joves	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
d. Disposo d'eines pràctiques per acompanyar	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
e. emocionalment als joves		

6. Fes un esquema d'una hipotètica intervenció per al següent cas:

Lluís **no es sent capaç** d'aconseguir cap meta important doncs té la creença de que gairebé mai aconsegueix el que es proposa. Cada vegada que ha de fer alguna cosa nova, la inicia **sense entusiasme**, amb més **por al fracàs** que afany d'aconseguir l'èxit i repetint-se interiorment frases del tipus:

- *No podré; No puc aprendre, No sé perquè ho intento; Tothom s'estarà adonant de l'incompetent que sóc...*

Davant la primera dificultat sol abandonar, de manera que es reforça el judici negatiu anterior. D'aquesta manera, Lluís prefereix limitar-se a seguir realitzant les poques coses en les quals sent segur i **evita exposar-se a noves situacions** davant el temor a fracassar. Alhora, es repeteix a si mateix:

- *Sóc un fracassat incapaç de fer coses noves*

Annex-2

INFORME D'AVALUACIÓ de l'Àrea 2: MOVERE

**Projecte d'Educació Emocional
per a joves**

**Programa de Noves Oportunitats
Fundació Gentis**

MOVERE

Núria Pérez Escoda
Katia Velar Ceballos

Índex de continguts

1. Introducció	1
2. Avaluació inicial o de necessitats dels joves participants	2
2.1. Resultats inicials del QSD-AN-J <i>Qüestionari sociodemogràfic i d'avaluació de necessitats</i> dels joves (ad-hoc)	3
2.2. Resultats inicials del CDE-A35.v3. <i>Qüestionari de desenvolupament emocional</i> (v. Cat) (Pérez-Escoda, N i Alegre, A., 2018)	5
2.3. Resultats inicials del SWLS. <i>Qüestionari de satisfacció amb la vida</i> de Joves (Diener, Emmons, Larsen i Griffin, 1985)	6
2.4. Resultats inicials de la Escala d'autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965)	7
2.5. Resultats inicials del QSEA-J. <i>Qüestionari de sensació d'estrès i afrontament</i> per a joves (GROP,2019)	8
3. Avaluació de procés	8
3.1. Avaluació de procés a partir de la percepció dels joves	9
3.2. Avaluació de procés a partir de la percepció dels/de les orientadors/es	12
4. Avaluació final i d'impacte	15
4.1. Resultats finals del QNA.-J POST. <i>Qüestionari d'avaluació de necessitats</i> en la versió final (ad-hoc)	15
4.2. Resultats finals del CDE-A35.v3. <i>Qüestionari de desenvolupament emocional</i> (v. Cat) (Pérez-Escoda, N i Alegre, A., 2018)	18
4.3. Resultats finals del SWLS. <i>Qüestionari de satisfacció amb la vida</i> (Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. i Griffin, S., 1985)	20
4.4. Resultats finals de l'Escala d'autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965)	21
4.5. Resultats finals del QSEA-J. <i>Qüestionari de sensació d'estrès i afrontament</i> (GROP,2019)	22
5. Conclusions	22
6. Annexes Movere	26
6.1. Annex 2.1. Consentiment informat per a la recollida i tractament de dades personals (Movere)	26
6.2. Annex 2.2. <i>Qüestionari sociodemogràfic i d'avaluació de necessitats</i> dels joves ad-hoc. QSD-AN-J (GROP,2019)	27
6.3. Annex 2.3 <i>Qüestionari de sensació d'estrès i afrontament</i> en joves. QSEA-J. (Pérez-Escoda i Velar, 2019b)	29
6.4. Annex 2.4. Avaluació de procés joves	31
6.5. Annex 2.5. Avaluació de procés formadors/es	32
6.6. Annex 2.6. <i>Qüestionari d'Avaluació de Necessitats-POST</i> . QAN-POST (GROP, 2019).....	33

1. Introducció

El present informe pretén aportar dades dels resultats de l'aplicació del projecte *Movere: desenvolupament de competències emocionals per a joves*. Aquesta formació ha estat facilitada per orientadors/es que han participat prèviament en els dos nivells formatius de desenvolupament de competències emocionals per a professionals (Àrea 1: FOEC).

Seguint la línia del FOEC, es va dissenyar una estratègia d'avaluació enfocada en tres parts:

- 1) Avaluació inicial o de necessitats dels joves participants.
- 2) Avaluació de procés, durant el període d'implementació de les activitats formatives.
- 3) Avaluació final i d'impacte.

A l'inici del Movere es va informar als joves participants del procés de recerca vinculat a tot el projecte i es van explicar les eines d'avaluació que s'emprarien. Els orientadors/es eren els responsables d'aplicar les proves d'avaluació als joves i de facilitar les dades a les investigadores. Disposaven d'un protocol clarament elaborat i explicat durant la formació FOEC prèvia a l'aplicació del Movere, que incloïa les eines a aplicar i el procediment per fer-ho. Així mateix, disposaven dels materials necessaris per a garantir la protecció de dades personals. En aquest sentit es comptava amb un document de consentiment informat (vegeu Annex-2.1), que es va entregar a cada jove sol·licitant-ne la signatura per autoritzar la seva lliure participació en l'estudi.

En el decurs de l'aplicació del Movere, l'equip investigador va ser informat de diverses incidències que van interferir d'alguna manera en el seu desenvolupament i en l'avaluació del mateix, concretament afectant a la recollida de dades o mortalitat de les mateixes. Així podem citar algunes situacions com:

- a) Alguns dels joves participants no van completar les proves inicials per diferents circumstàncies, principalment degut a que alguns es van incorporar uns dies més tard a la data d'aplicació dels qüestionaris i altres no van voler participar en la recerca .
- b) En alguns casos mancava el codi d'identificació dels qüestionaris i això invalidava el seguiment pre-post amb dades aparellades.
- c) En altres ocasions les preguntes no s'havien respost de forma adequada o fins i tot estaven sense respondre, i en altres mancaven pàgines dels qüestionaris. En aquests casos es van haver de descartar de l'estudi.
- d) Un dels centres va deixar de funcionar durant la primera fase de l'aplicació per baixa de la persona orientadora. En aquest cas els joves van ser redistribuïts entre altres centres i això va

comportar la pèrdua d'alguns participants que no van continuar o la pèrdua en la correcta recollida de dades de seguiment i postest.

- e) En altres ocasions, diversos joves van abandonar el programa per decisió pròpia, bé perquè van trobar una feina abans d'acabar-lo o per altres raons que desconeixem. Això també ha comportat variacions en la composició de la mostra.
- f) Una altra incidència és que per cobrir algunes places que havien quedat vacants un cop ja iniciat el programa, es va autoritzar la incorporació de joves nous dels que no es disposa de pretest. En aquest cas tenim algunes respostes postest que no poden ser contrastades amb les dades inicials.
- g) La recollida de proves (especialment les que es recollien presencialment en paper) en la fase postest es van veure afectades en alguns grups degut a les dificultats de retrobar-se amb els joves arrel de la pandèmia.
- h) Alguns dels qüestionaris recollits pels orientadors/es no van ser degudament entregats pels mitjans telemàtics establerts a l'equip investigador.
- i) Finalment, s'han observat duplicitats en els qüestionaris facilitats com a pretest als investigadors. Aquest fet es deu a que alguns joves participants en la primera fase de l'aplicació van repetir el curs en la segona fase. En aquests casos s'han conservat les dades de la primera aplicació i s'han contrastat amb les dades postest de la segona fase.

2. Avaluació inicial o de necessitats dels joves participants

Un cop s'havia informat als joves del procés de recerca i després d'obtenir els consentiments informats, es va realitzar una primera avaluació mitjançant l'aplicació de diferents instruments, alguns d'ells ja validats i altres creats ad hoc per a la recerca.

A continuació es detallen els instruments aplicats als joves participants.

- QSD-AN-J. *Qüestionari sociodemogràfic i d'avaluació de necessitats dels joves* ad-hoc. (Annex 2.2)
- CDE-A35.v3 *Qüestionari de desenvolupament emocional* (v. Cat) (Pérez-Escoda, N i Alegre, A., 2018).). Aquest qüestionari va ser aplicat on-line.
- SWLS-J. *Qüestionari de satisfacció amb la vida* de Joves (Diener, Emmons, Larsen i Griffin, 1985).). Aquest qüestionari va ser aplicat on-line.
- *Escala d'autoestima de Rosenberg* (Rosenberg, 1965).). Aquest qüestionari va ser aplicat on-line.
- QSEA-J. *Qüestionari de sensació d'estrès i afrontament* de joves (Pérez-Escoda i Velar, 2019b). (Annex 2.3)

2.1 Resultats inicials del QSD-AN-J *Qüestionari sociodemogràfic i d'avaluació de necessitats del joves (ad-hoc).*

En la situació inicial van respondre al QSD-AN-J de forma vàlida 83 joves. Val a dir que no es la totalitat de joves participants que ascendia a 130, no obstant, no tots els punts d'aplicació al territori ens van enviar les dades adequadament, alguns joves es van incorporar uns dies més tard, d'altres ens faltava el consentiment informat o algunes proves no estaven identificades o complertes i alguns casos van respondre en més d'una ocasió, per la qual cosa van haver de ser descartats de l'estudi.

L'aplicació del Movere es va fer en dues etapes i en diferents grups, però a efectes de l'avaluació del projecte s'estudien totes les dades conjuntament i per tant, s'obté una informació de conjunt que permet pal·liar els efectes de variables intervinents com les característiques particulars de cada grup de joves, la destresa o tarannà diferenciador de la persona formadora, etc. Tot i així, presentem el nombre de casos dels quals hem pogut obtenir dades en la fase d'avaluació de necessitats detallat per els diferents grups:

GRUP	Nombre de QSD-AN-J
EBRE-1	10
POSTA-1	5
SENIA-1	10
RO-1	13
ALCANAR-1	11
POSTA-2	8
EBRE-2	10
SENIA-2	11
RO-2	5
TOTAL JOVES	83

Del total de joves participants, 28 eren noies (33,7%) i els 55 restants nois (66,3%). L'edat mitjana de la mostra es situa en els 17,8 anys, oscil·lant entre els 16 i els 24 anys. Tots ells amb estudis inferiors al graduat en Educació Secundària Obligatòria. El 77% viu amb membres de la família nuclear (mare, pare i germans en diverses combinacions), el 8% viu amb altres familiars, un 6% a CRAES, un 4% amb amics, un 3% sols i un 2% en parella. El 65,1% dels joves són nascuts a l'Estat espanyol i la resta són migrants procedents fonamentalment del Marroc (16,9%), també hi ha joves de diversos països llatinoamericans (3,6%), de països com Romania, Ucraïna, Rússia o Pakistan (7,2%) i el 7,2% restant d'altres indrets variats.

Tots ells tenen molt poca o cap noció del que és la intel·ligència emocional, en una escala de 0 a 10 la mitjana de les seves respostes és 2,8 i cap d'ells puntua per sobre de 5. Aquesta dada permet considerar molt pertinent i necessària l'aplicació del projecte Movere.

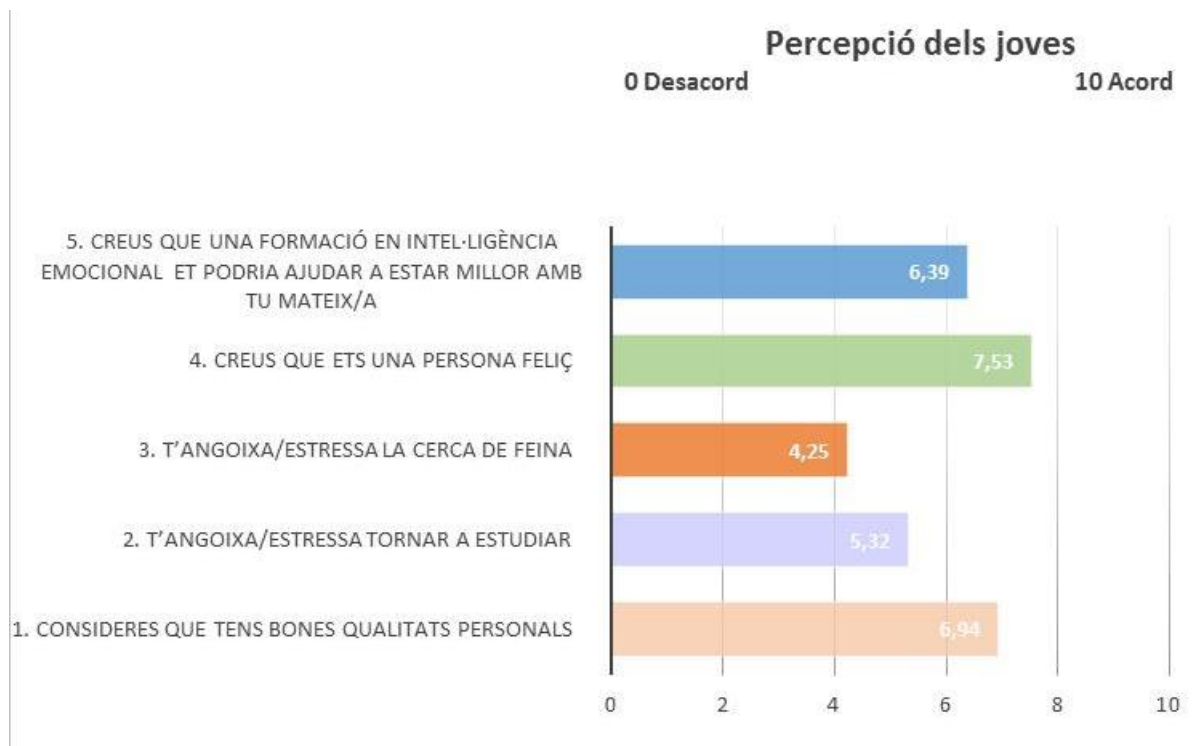
El 71,1% manifesta tenir, en el moment de començar la formació, preocupacions majoritàriament relacionades amb: els seus pares, el propi futur, la consecució o manteniment d'una feina o el fet de no tenir estudis. A la pregunta sobre què feien per fer front a aquest malestar, s'observa que només alguns donen resposta, oferint raonaments poc concrets com que s'esforcen o que procuren no pensar-hi. Aquest aspecte és important perquè evidència la necessitat d'oferir eines i recursos als joves per gestionar el seu malestar i fer-hi front.

El 90% afirmaven voler millorar algun o alguns aspectes de la seva vida. Fonamentalment assenyalaven canvis relacionats amb la superació dels estudis, aprendre millor l'idioma o aconseguir una feina i també canvis relacionats amb la millora d'aspectes de la seva personalitat, com per exemple: obrir-se més, reduir la timidesa, augmentar l'autoestima, controlar el mal geni, la impulsivitat o la ira, vèncer la por, adquirir paciència, millorar el comportament i la responsabilitat general.

Així mateix, es va demanar als joves que en un temps màxim de 3 minuts, anotessin totes les paraules relacionades amb les emocions, sentiments o fenòmens afectius que coneguessin. La mitjana de mots escrits entre tots els joves és de 6 paraules, destacant que majoritàriament es tractava d'emocions desagradables o negatives i com a positives només en citaven una o dues i poques vegades alguna ambigua (sorpresa). Tenint com a referent l'estudi elaborat per Bisquerra i Filella (2018), s'hauria d'interpretar que el grup de participants en l'estudi té un domini molt pobre del vocabulari emocional. Aquestes dades permeten identificar un dels elements que cal millorar durant el programa formatiu: el vocabulari emocional que els ha de permetre identificar i expressar amb precisió el que senten.

Al preguntar-los sobre el seu nivell d'implicació amb la formació realitzada en el sí del Programa de Noves Oportunitats, la mitja es de 3,46 en una escala de 0 a 5. Això vol dir que tenen una moderada implicació i que caldrà estimular la motivació i fer-los partícips del sentit de l'acció formativa per a que els joves no l'abandonin i puguin finalitzar-la.

Finalment en el qüestionari QAN-J s'incloïa una pregunta quantitativa en la qual es demanava que els joves valoressin en una escala de 0-10 el seu acord o desacord amb 5 afirmacions tal com s'expressa al gràfic següent:



L'anàlisi dels resultats presentats en el gràfic anterior ens permet veure que el fet que més preocupa als joves participants és la cerca de feina i que tot i que es consideren majoritàriament força feliços, tenen una expectativa moderada de que la formació els pugui ajudar a estar millor. En general es consideren amb un nivell mig-alt de bones qualitats personals i els preocupa mitjanament el fet de tornar a estudiar.

2.2 Resultats inicials del CDE-A35.v3 Qüestionari de desenvolupament emocional (v. Cat) (Pérez-Escoda, N i Alegre, A., 2018).

Com a punt de partida es van recollir 94 respostes vàlides al qüestionari de competències emocionals de les quals s'obtenen les següents puntuacions (mitjana del grup):

	N	Mitjana	Desv. típ.
Consciència Emocional	94	6,19	1,25
Regulació Emocional	94	5,49	1,68
Autonomia Emocional	94	5,04	1,61
Competència Social	94	4,71	1,48
Competències de Vida	94	6,09	1,33
TOTAL	94	5,60	0,96

Com a comentari inicial sobre aquests resultats val a dir que les puntuacions mitjanes es situen en un terme mig-baix, destacant especialment la percepció d'una baixa competència social, fet que contrasta amb el que és característic en la població jove en general. La segona puntuació més baixa és la de la dimensió d'autonomia que se situa en 5,04 punts sobre 10. En aquest cas, aquesta puntuació pot ser deguda a que la manca d'estudis i de feina genera en els joves participants una situació de dependència dels seus pares, fet que limita la seva autoestima i capacitat d'autonomia general i també emocional. Pel que fa a la competència emocional total podem dir que és una puntuació relativament baixa i amb molt potencial de millora. De nou aquestes dades són una nova mostra de la pertinència d'aplicar el Movere.

En la situació final, només es van obtenir respostes vàlides en aquesta prova de 52 participants de principi a fi del projecte. Per aquest motiu presentem a continuació les mitjanes de les respostes inicials al qüestionari de competències emocionals d'aquest 52 joves, ja que serà la que s'utilitzarà en la comparativa final.

	N	Mitjana	Desv. típ.
Consciència Emocional	52	6,06	1,21
Regulació Emocional	52	5,35	1,59
Autonomia Emocional	52	4,73	1,51
Competència Social	52	4,50	1,29
Competències de Vida	52	6,19	1,31
TOTAL	52	5,48	0,93

Com podem observar les puntuacions mitjanes amb la mostra de 52 joves no varia gaire respecte de la que obteníem amb la totalitat de participants al Movere en totes les dimensions de la competència emocional i també en el seu conjunt.

2.3 Resultats inicials del SWLS. Qüestionari de satisfacció amb la vida de Joves (Diener, Emmons, Larsen i Griffin, 1985).

Inicialment 88 joves es van aplicar el qüestionari de satisfacció amb la vida, no obstant en la situació final només es van obtenir respostes en aquesta prova de 51 participants de principi a fi del projecte de formació. Per aquest motiu, i tenint en compte que les mitjanes no varien sensiblement entre la mostra total i la que completen la formació, ens centrarem en la puntuació mitjana de satisfacció a la vida en el moment d'iniciar la intervenció d'aquests 51 joves, ja que serà la que s'utilitzarà en la comparativa final. Així la mitjana de satisfacció a la vida obtinguda és de 24,20 punts amb una DT= 6,16.

D'acord amb els barems de la prova, aquesta puntuació es situa en la forquilla de 20 a 24, interpretant-se com una satisfacció mitjana tendint a alta, és a dir, el joves que es troben dins d'aquest rang, estan generalment satisfets amb la majoria d'aspectes de la seva vida, tot i que desitgen encara millorar en alguns aspectes o en tots ells. Per tant estarien disposats en fer canvis en la seva vida per estar més satisfets.

Aquests resultats són força satisfactoris d'entrada i representen un repte important envers a valorar si la intervenció afavoreix que puguin canviar a un nivell de satisfacció més favorable.

2.4 Resultats inicials de la Escala d'autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965).

Inicialment, tal com va passar amb la prova anterior, 88 joves van respondre el qüestionari, no obstant en la situació final només es van obtenir respostes en aquesta prova de 51 participants en el projecte Movere. Per aquest motiu el que interessa és la puntuació mitjana d'autoestima en el moment d'iniciar la intervenció d'aquests 51 joves que van seguir el programa de principi a fi per poder fer posteriorment la comparativa amb la situació final.

Així doncs la puntuació obtinguda en autoestima pels joves participants en l'estudi, es va situar inicialment en una mitjana de 19'75 punts. (veure taula següent).

Estadístics descriptius					
	N	Mltjana	Desviació típica	Mínim	Máxim
AU	51	19,75	4,265	10	29

Com podem comprovar, d'acord amb els barems interpretatius de la prova, els joves participants presentaven una autoestima baixa ja que se situen en la forquilla entre 0 i 25. Aquesta puntuació concorda amb el que s'esperava ja que, al ser joves que no han acabat l'escolaritat obligatòria i que acumulen majoritàriament experiències de fracàs, era previsible que presentessin poca confiança en sí mateixos. El repte esta ara en veure si una intervenció curta com la que proposa el MOVERE pot introduir millores en aquest aspecte.

2.5 Resultats inicials del QSEA-J. Qüestionari de sensació d'estrès i afrontament per a joves (GROP,2019).

Inicialment, de nou 88 joves es van aplicar el qüestionari de sensació d'estrès i afrontament, no obstant només tindrem presents les puntuacions inicials d'aquells 51 joves que acaben tot el procés de formació i produeixen dades posttest que permeten fer el seguiment i avaluació de l'impacte de la participació en el Movere en aquesta variable.

	N	Mitjana	Desv. típ.
SEA-A	51	3,96	1,30

Donat que la prova puntuava entre 0 i 10. El nivell d'estrès mitjà del grup a l'inici es situa en 3,96 punts, que fàcilment podem interpretar com un nivell baix per la qual cosa inicialment podem pensar que no hi havia necessitat de fer molts esforços durant la intervenció per millorar el seu nivell d'estrès. Tot i així, es farà l'avaluació final d'aquesta variable per constatar si acabada la participació al Movere s'observa algun tipus de canvi en el nivell d'estrès.

3. Avaluació de procés, durant el període d'implementació de les activitats formatives

Durant l'aplicació del programa formatiu es va recollir informació per observar l'evolució de la formació en cada sessió realitzada, tant per part de la persona formadora com dels participants. En aquest punt s'ha elaborat un instrument "ad hoc" que responien els joves després de cada sessió (vegeu Annex. 2.4) i un altre que responia la persona formadora/orientadora (vegeu Annex. 2.5).

Aquestes dades permetien als orientadors/es anar constatant el nivell de satisfacció i assoliment dels objectius per tal d'identificar aquells aspectes sobre els quals calia millorar per seguir avançant òptimament. En concret en el qüestionari a joves es demanava als participants que informessin en una escala de 0 (Gens) a 10 (Molt) sobre els següents aspectes:

1. Valoració global de la sessió
2. Nivell de claredat i comprensió de les explicacions.
3. Disposició de l'orientador/a per aclarir dubtes
4. Foment de la participació
5. Grau de coneixements nous aportats
6. Utilitat del dossier entregat
7. Aplicabilitat del que s'havia après a la seva vida.

Així mateix s'incloïen dues preguntes obertes:

- Què és el que més t'ha agradat de la sessió?
- Què creus que podríem millorar?

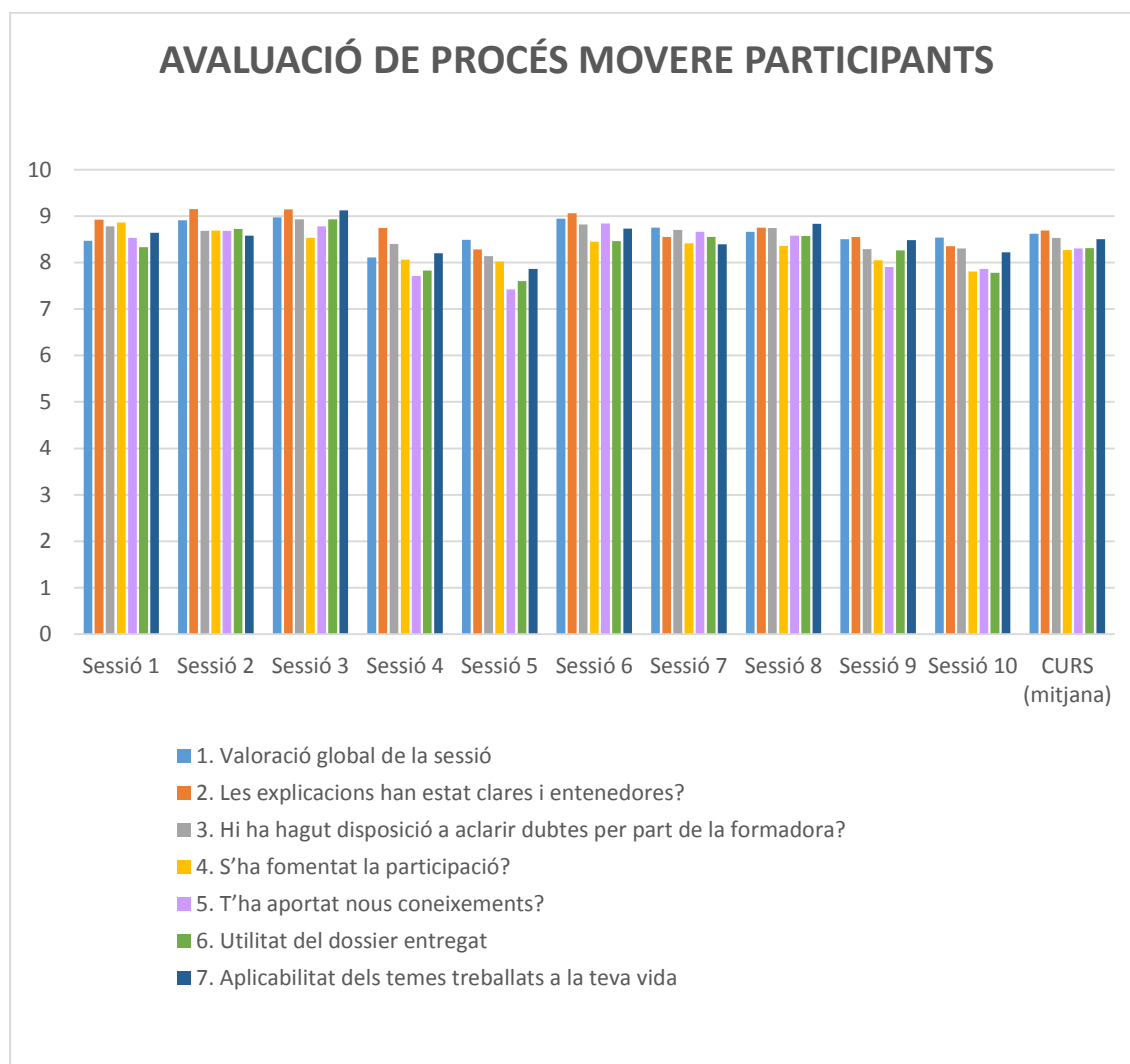
La persona formadora (orientador/a) en finalitzar cada sessió també s'aplicava un qüestionari i posteriorment contrastava les opinions expressades pels participants amb la percepció pròpia de com s'anava desenvolupant la sessió.

3.1 Avaluació de procés a partir de la percepció dels joves

En la gràfica següent es presenten els resultats de les respostes dels joves a cadascuna de les 7 primeres qüestions per cadascuna de les sessions. Les dades estan recollides conjuntament a partir de l'avaluació dels joves participants tant en el Movere-1 com en el Movere-2. La unificació de totes les dades permet tenir una visió molt més realista del funcionament del programa, podent prescindir de variables intervinents com el formador/a o les característiques particulars de cada grup de joves (s'inclouen respostes de tots els grups). Així doncs, cal esmentar que s'han recollit prop de 500 qüestionaris de seguiment de sessions per part dels joves i 41 per part dels orientadors/es.

	1. Valoració global de la sessió	2. Les explicacions han estat clares i entenedores?	3. Hi ha hagut disposició a aclarir dubtes per part de la formadora?	4. S'ha fomentat la participació?	5. T'ha aportat nous coneixements ?	6. Utilitat del dossier entregat	7. Aplicabilitat dels temes treballats a la teva vida
Sessió 1	8,47	8,92	8,78	8,86	8,53	8,33	8,64
Sessió 2	8,91	9,15	8,68	8,69	8,68	8,72	8,58
Sessió 3	8,97	9,14	8,93	8,53	8,78	8,93	9,12
Sessió 4	8,11	8,74	8,40	8,06	7,71	7,83	8,20
Sessió 5	8,49	8,28	8,14	8,02	7,42	7,60	7,86
Sessió 6	8,94	9,06	8,82	8,45	8,84	8,46	8,73
Sessió 7	8,75	8,55	8,70	8,41	8,66	8,55	8,39
Sessió 8	8,66	8,75	8,74	8,36	8,58	8,57	8,83
Sessió 9	8,50	8,55	8,29	8,05	7,90	8,26	8,48
Sessió 10	8,54	8,35	8,30	7,81	7,86	7,78	8,22
CURS (mitjana)	8,62	8,69	8,53	8,27	8,30	8,31	8,50

Aquests resultats s'han representat també gràficament:



Com es pot observar els resultats han estat molt bons. En la valoració global de les sessions, s'obté una puntuació mitjana de 8,62 sobre 10. Per la qual cosa podem concloure que la satisfacció dels joves respecte a la formació ha estat molt alta i no ha davallat en cap moment del procés, ja que quan s'observa sessió per sessió veiem que en tots els casos, s'obtenen puntuacions entre el 8 i el 9.

Ahora els joves participants en el Movere afirmen que amb la seva participació al programa han augmentat considerablement els seus coneixements previs, observant com la mitjana també està per sobre de 8 sobre 10. Si ens fixem en aquelles sessions, on l'aprenentatge no ha estat tant intens, veuríem que les sessions 4 i 5 serien les més susceptibles de revisió, tot i això, cal destacar que la puntuació obtinguda ha estat de 7,4 en el pitjor dels casos.

Complementàriament, els joves perceben que tots els temes que s'han treballat els seran útils no només per a la seva vida professional, sinó també transferibles a altres àmbits de la seva vida quotidiana (8,5/10).

Quan intentem valorar l'actuació durant el procés dels diferents professionals (orientadors/es) que aplicaven el programa els joves han valorat que les explicacions oferides per aquests han estat clares i entenedores (8,69/10) i que tots ells han tingut una alta predisposició a fomentar la participació (8,27/10) i a atendre les seves demandes aclarint dubtes durant la formació (8,57/10).

Finalment, el dossier que es va entregar als joves també ha rebut una valoració molt positiva (8,31) en termes d'utilitat.

Pel que fa a les respostes a les preguntes qualitatives, en relació amb aquells aspectes que més els han agradat en les diferents sessions, hi ha força coincidència entre els joves els quals destaquen en primer lloc els vídeos, en segon lloc les diferents dinàmiques realitzades i en tercer lloc la forma d'explicar de les persones formadores. Complementàriament en algunes sessions valoren la seva satisfacció amb les temàtiques treballades com per exemple:

- *"Saber más de las emociones."* (22,2, p8)
- *"El segrest amigdalar".* (28, 3.4, p.8)
- *"Poder canviar los pensamientos negativos."* (37.3, p.8)
- *"Magrada mol porque aprendes de saver tus pensamiento"*(115,2, p.8)
- *"Que nos enseñaron mas sobre los miedos y la ansiedad."* (164, 5, p.8)
- *"la dinamica grupal dels mistos."* (384,9, p. 8)

En relació amb la segona pregunta qualitativa que permetia que els participants expressessin quins aspectes es podrien millorar, val a dir que el nivell de respostes va ser molt menor. En alguns proposaven fer encara més dinàmiques o introduir més vídeos i fer més curtes les sessions. En altres ocasions afirmaven que no ho sabien que es podria millorar o simplement que no calia millorar res. I en altres casos feien al·lusió a la necessitat de millorar el comportament o la participació dels mateixos joves fet que no és atribuïble al projecte Movere en si.

Novament, es presenten a títol d'exemple algunes de les respostes textuais dels participants:

- *"Res tot està be"* (208, 7, p.9)
- *"acabar mas pronto-sesionse menos largas"* (296,5,p.9)
- *"el nostre comportament i participar més."* (312,10,p.9)
- *"Mes curt així presten més atensio"* (163,5, p.9)
- *"a mi parecer no cambiaria nada."* (164,.5, p.9)

3.2 Avaluació de procés a partir de la percepció dels/de les orientadors/es

En el qüestionari que responien les persones formadores per avaluar el seguiment de les diferents sessions durant l'aplicació del Movere calia respondre quantitativament a les següents qüestions en una escala de 0 (Gens) a 10 (Molt):

1. He pogut treballar els continguts preparats
2. He aconseguit arribar als objectius proposats
3. Les propostes de treball han motivat als joves
4. He tingut dificultats al llarg de la sessió
5. Em sento satisfet/a amb el treball realitzat

Posteriorment també es feien un conjunt de preguntes obertes de tipus qualitatiu que intentaven valorar si s'havia pogut impartir tot el contingut previst o programat per a la sessió, els continguts i dinàmiques més apropiats, si hi havia hagut alguna dificultat, coses a millorar i com s'havien sentit durant la sessió.

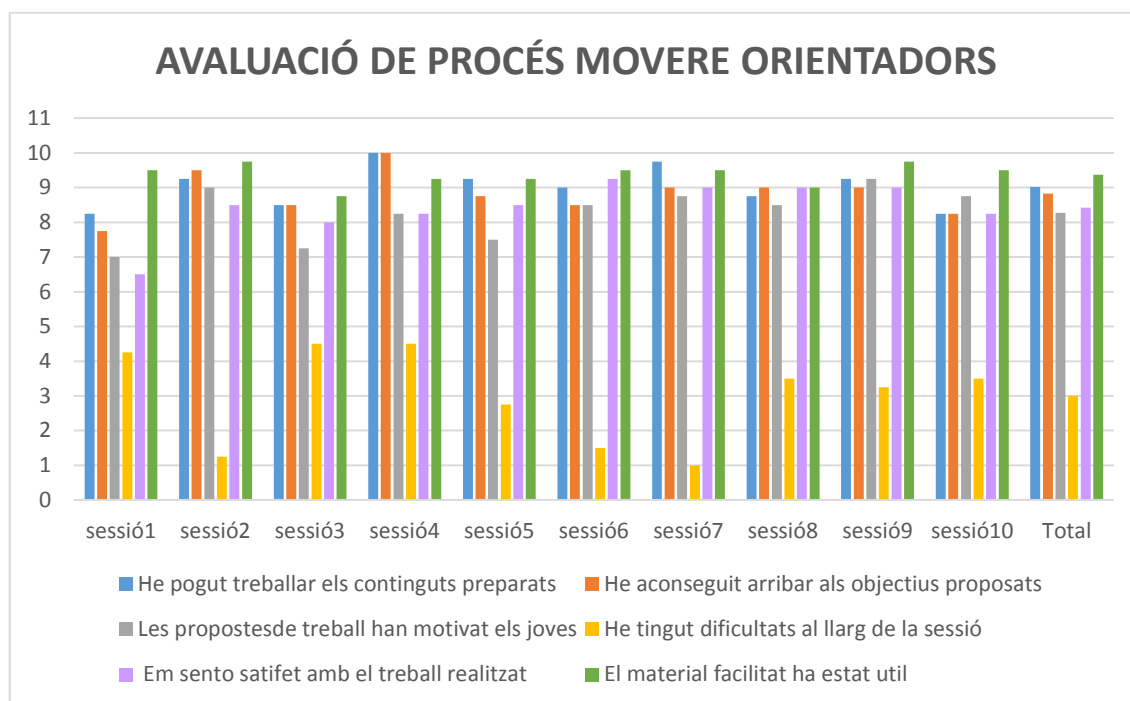
A continuació presentem el resum de les mitjanes de les respostes quantitatives dels formadors a les qüestions anteriors.

	1. He pogut treballar els continguts preparats	2. He aconseguit arribar als objectius proposats	3. Les propostes de treball han motivat als participants	4. He tingut dificultats al llarg de la sessió	5. Em sento satisfet/a amb el treball realitzat	6. El material facilitat ha estat útil
Sessió 1	8,25	7,75	7,00	4,25	6,50	9,50
Sessió 2	9,25	9,50	9,00	1,25	8,50	9,75
Sessió 3	8,50	8,50	7,25	4,5	8,00	8,75
Sessió 4	10,00	10,00	8,25	4,5	8,25	9,25
Sessió 5	9,25	8,75	7,50	2,75	8,50	9,25
Sessió 6	9,00	8,50	8,50	1,50	9,25	9,50
Sessió 7	9,75	9,00	8,75	1,00	9,00	9,50
Sessió 8	8,75	9,00	8,5	3,5	9,00	9,00
Sessió 9	9,25	9,00	9,25	3,25	9,00	9,75
Sessió 10	8,25	8,25	8,75	3,50	8,25	9,50
CURS-MOVERE	9,03	8,83	8,28	3,00	8,43	9,38

Aquests resultats permeten constatar que els orientadors també es mostren molt satisfets amb la formació realitzada en conjunt (8,43/ 10) i pel que fa a cadascuna de les sessions (totes elles puntuades per sobre de 8 amb l'única excepció de la primera que obté un nivell de satisfacció de 6,5/10).

A partir de les puntuacions de les orientadores veiem que tal com està dissenyat el Movere, la distribució de continguts dins de les sessions és coherent, ja que en l'aplicació s'han pogut impartir tots els continguts previstos amb una puntuació global de 9,03/10. Si analitzem aquest aspecte en cadascuna de les sessions s'observa que les puntuacions oscil·len entre un 8,25 i un 10. Així doncs, no és pas d'estranyar que la resposta a la segona pregunta (He aconseguit arribar als objectius proposats?) apunti en una direcció semblat. En aquest punt podem dir que en una escala de 0 a 10 en conjunt l'aplicació aconsegueix els objectius proposats amb un 8,83/10.

Així mateix des de l'opinió dels orientadors/es, les propostes de treball han estat molt motivadores per als participants (8,28/10), en aquest sentit podem afirmar que les estratègies metodològiques proposades són adequades i molt apropiades per aconseguir els propòsits del curs. Certament, en les preguntes qualitatives, els orientadors recolzen aquesta opinió i destaquen com a estratègies més motivadores i apropiades l'ús dels vídeos, les dinàmiques i el fet de donar espai a la participació dels joves per a que poguessin parlar obertament del que els està passant.



A la pregunta sobre si han tingut algun tipus de dificultat durant la sessió, la puntuació mitjana és molt petita (3/10) i si observem el nivell de dificultats sessió per sessió, veiem que únicament en tres sessions les dificultats superen el 4 i no superen el 4,5. Això ho podem interpretar gràcies a les observacions dels

orientadors/es a les respostes qualitatives i majoritàriament veiem que aquestes dificultats han estat produïdes per: alguna dificultat tècnica (el projector no funcionava) o a temes relacionats amb la falta d'assistència que feia difícil l'aplicació d'alguna dinàmica, o la manca d'implicació per part dels joves en moments puntuals. Veiem a títol d'exemple algunes frases textuais dels orientadors:

- *"resistències per part d'alguns joves" (27, p.10)*
- *"si, no feien silenci i es resistien a acceptar alguns comportaments" (29,p.10)*
- *"no anava el projector" (33, p.10)*

Convé destacar que aquestes dificultats s'han donat principalment en les 4 primeres sessions i posteriorment els orientadors/es ja han pogut adaptar-se a les característiques i necessitats del grup. Fins i tot, com evidència d'aquest aspecte, en les darreres sessions és molt freqüent que els orientadors valorin com un dels elements més positius, la implicació i participació dels joves. Veiem a títol d'exemple algunes frases textuais dels orientadors:

- *"Els joves han identificat situacions que els produeixen tristesa i ira i s'han animat a compartir-ho" (16, p. 11)*
- *"joves participatius, motivats" (12, p.11)*
- *"la participació, els diàlegs i debats" (28, p.11)*

Amb relació a com s'han sentit els orientadors/es durant l'aplicació del Movere, excepte en alguna sessió on puntualment algun orientador ha manifestat que no se sentia escoltat o bé estava una mica cansat o estressat/da, és sorprenent observar com de forma molt coincident tots els orientadors s'han sentit bé o molt bé i fins i tot matisaven en algunes ocasions que s'han sentit còmodes, a gust i satisfets.

Un altre dels aspectes valorats durant el procés era la qualitat del material facilitat amb la descripció d'activitats i recursos necessaris per a la seva aplicació. Aquest sense cap mena de dubte ha estat el millor valorat per part dels orientadors (9,38/10) per tant podem afirmar que el Movere és un programa d'una qualitat excel·lent des de la percepció dels orientadors/es que l'han aplicat en els diferents cursos.

En preguntar-los sobre quins aspectes es podrien millorar ens responen majoritàriament que res, però els que s'animen a fer propostes coincideixen en suggerir l'augment de vídeos i dinàmiques, oferir un començament més impactant (recordem que la primera sessió és potser la que necessitaria revisar-se una mica) i també recomanen no carregar les sessions amb qüestionaris sinó distribuir-los una mica.

4. Avaluació final i d'impacte

En finalitzar l'aplicació del Movere es va realitzar nova avaluació mitjançant l'aplicació dels diferents instruments, alguns d'ells ja validats i altres creats ad hoc per a la recerca. Aquests instruments tret del QSD-J-POST coincideixen amb els presentats a l'avaluació de necessitats.

A continuació es detallen els instruments aplicats als orientadors participants:

- QSD-J POST. *Qüestionari sociodemogràfic i d'avaluació de necessitats dels joves* ad-hoc. (Vegis Annex 2.6).
- CDE-A35.v3 *Qüestionari de desenvolupament emocional* (v. Cat) (Pérez-Escoda, N i Alegre, A., 2018). Aquest qüestionari va ser aplicat on-line.
- SWLS-J. *Qüestionari de satisfacció amb la vida* de Joves (Diener, Emmons, Larsen i Griffin, 1985). Aquest qüestionari va ser aplicat on-line.
- *Escala d'autoestima de Rosenberg* (Rosenberg, 1965). Aquest qüestionari va ser aplicat on-line.
- QSEA-J. *Qüestionari de sensació d'estrès i afrontament* de joves (Pérez-Escoda i Velar, 2019b). Aquest qüestionari va ser aplicat on-line.

Com a observació general cal comentar que la recollida de dades en aquesta fase va ser molt complicada i la mortalitat experimental ha estat molt elevada.

Com ja s'ha esmentat anteriorment, nombroses incidències, descrites a l'inici d'aquest document, han fet inviable en molts casos la utilització de les dades d'aproximadament la meitat dels joves participants. Això implica que en aquells casos on s'ha pogut fer l'estudi amb dades aparellades s'ha fet d'aquesta manera i en altres ocasions s'ha hagut de fer la comparativa, sense poder aparellar les dades amb el propòsit de perdre la menor mostra possible.

4.1 Resultats finals del QNA.-J POST. *Qüestionari d'avaluació de necessitats en la versió final (ad-hoc).*

En la situació final el QNA-J va ser aplicat un cop acabada la formació i en plena pandèmia. En el procés de recollida i enviament als investigadors dels qüestionaris recollits es van detectar algunes incorreccions (mancances en l'entrega de qüestionaris, qüestionaris als que falten pàgines o qüestionaris on en lloc del número d'identificació de la fase inicial no es va respectar, posant directament el nom dels joves i impossibilitant l'aparellament adequat de les dades). Cal comentar que l'aplicació de l'eina es produïa en plena pandèmia i aquest entenem que va resultar un factor

determinant que va condicionar aquesta recollida d'informació i també la seva remissió a l'equip investigador. Per aquests motius, en aquesta fase final només hem pogut donar per vàlides 40 respostes, el que suposa menys de la meitat de les obtingudes en la fase inicial. Així les comparatives en l'evolució de resultats es faran entre els 83 qüestionaris de la fase inicial versus els 40 vàlids de la fase final. S'ha optat per això doncs si s'analitzessin únicament aquells que van completar la prova en les dues ocasions es reduiria molt més la mostra.

En la situació final en el QSD-J_Post, es tornava a demanar als joves que en un temps màxim de 3 minuts anotessin totes les paraules relacionades amb les emocions, sentiments o fenòmens afectius que coneguessin. La mitjana de mots escrits entre tots els joves va ser de 7 paraules. Aquest índex de respostes, d'acord amb l'estudi elaborat per Bisquerra i Filella (2018), s'hauria d'interpretar que el grup de joves segueix tenint un nivell considerablement pobre de vocabulari emocional. Aquestes dades comparades amb les obtingudes a la fase inicial posen en evidència que tot i que hi ha hagut una tímida millora del vocabulari emocional aquesta resulta totalment insuficient i és un terme que cal reforçar en pròximes intervencions amb el Movere.

En relació amb la segona pregunta on es demanava als joves com es definien s'observa que en la fase final del Movere, tots els joves es definien amb característiques majoritàriament positives veient una evolució important entre les respostes en la fase inicial en la qual es mostraven molt més crítics amb si mateixos. Aquesta evolució la podem atribuir d'alguna manera a la formació veient que ha proporcionat als joves una major autoestima i confiança en les seves oportunitats de futur. Aquest aspecte també es detecta per part de les respostes quantitatives dels joves els quals assenyalen en una escala de 0 a 10 haver aconseguit un 7,67 en millora del coneixement de les qualitats personals pròpies. Podem citar-ne alguns textualment:

- *"Sóc una persona simpàtica, graciosa, alegre i treballadora."* (2, p.2)

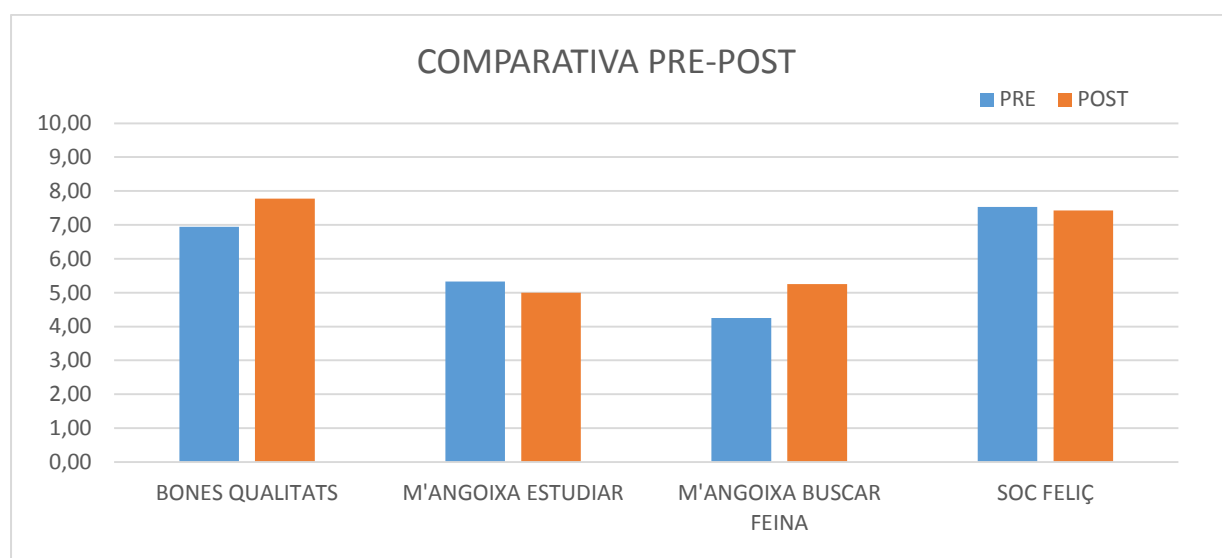
- *"Comprensiu, madur, humil, empàtic, persona, amable, sincer, aplicat, bo, simpàtic, agradable, respectuós, tolerant i humà"* (14, p.2)

- *"bona amiga, empàtica, impacient"* (35, p.2)

De manera semblant al preguntar-los per la seva implicació envers la formació rebuda, obtenim una mitjana de 3,7 en una escala de 5 punts. Cal recordar que a l'inici del Movere aquesta implicació el sí del Programa Noves Oportunitats era de 3,46, per tant, podem observar un lleuger increment en la implicació ,fet que tot i ser molt petit i no ser estadísticament significatiu ($p > 0,156$, d'acord amb la prova U de Mann-Whitney de comparació de mitjanes independents) podem interpretar-lo positivament com a què hi ha una tendència a la millora.

Tots els joves participants partien d'una situació inicial en la qual manifestaven tenir molt poca o cap noció sobre la intel·ligència emocional, en una escala de 0 a 10 la mitjana de les seves respostes era 2,8 i cap d'ells puntuava per sobre de 5. En acabar la formació, la puntuació mitjana del coneixement d'Intel·ligència emocional va passar a ser de 3,3. Novament, tot i que aquestes dades no van ser estadísticament significatives ($p > 0,067$, d'acord amb la prova U de Mann-Whitney de comparació de mitjanes independents), podem interpretar que s'ha donat una tendència a la millora en la comprensió del que és la Intel·ligència emocional.

Finalment en aquesta fase final, el qüestionari QAN incloïa una pregunta quantitativa en la qual es demanava als joves que valoressin en una escala de 0-10 el seu acord o desacord amb diferents temes (vegeu gràfic següent).



En resum podem observar com després de participar en la intervenció ha millorat la percepció de tenir bones qualitats personals i la sensació d'angoixa a l'hora de buscar feina. En aquest punt, podem recordar que en alguns grups, l'avaluació final del Movere va coincidir amb l'inici de la pandèmia i probablement això hagi pogut condicionar aquests resultats.

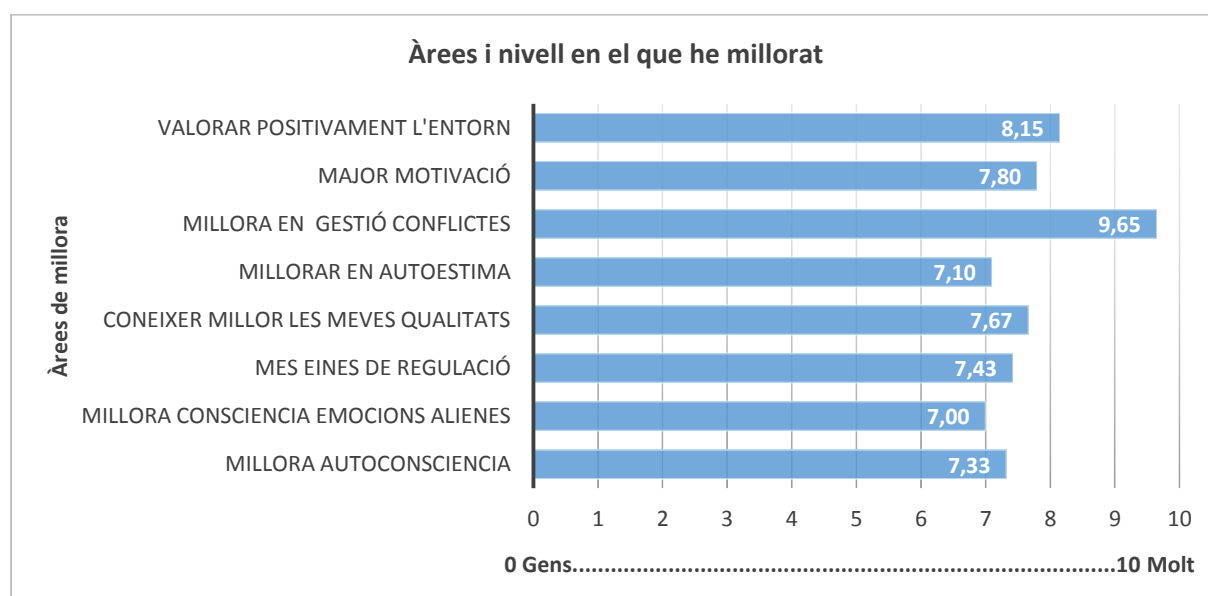
En el primer dels casos la prova de contrast de mitjanes independents (U de Mann-Whitney de comparació de mitjanes) assenyala que les millores són estadísticament significatives ($p < 0,015$) mentre que en el cas de l'augment de l'angoixa per haver de buscar feina, tot i que hi ha una tendència a l'alça aquesta no ha estat demostrada com a estadísticament significativa ($p > 0,120$).

Paral·lelament, la percepció de felicitat continua estable, ja que les diferències són molt petites i estadísticament no significatives ($p > 0,568$, d'acord amb la prova U de Mann-Whitney de comparació de mitjanes independents).

Les últimes preguntes d'aquest qüestionari demanaven als joves valorar en una escala de 0-10 el nivell d'aprenentatges fets a partir del programa Movere. Tal com es presenta en el gràfic següent podem observar com en totes les àrees plantejades les millores són notables i superiors a 7 punts sobre 10.

És molt significatiu observar que l'àrea en la qual es perceben millores més grans és en la gestió del conflicte (9,65) i en segon lloc l'aprenentatge de valorar més positivament l'entorn.

Un altre de les millores importants és la motivació, aspecte que inicialment en el pretest assenyalàvem que era necessari potenciar durant la formació. Addicionalment, no és menys important les millores assenyalades en àrees com l'autoestima i en l'adquisició d'eines per a la regulació emocional i per a la consciència de les emocions pròpies i de les alienes.



4.2 Resultats finals del CDE-A35.v3 Qüestionari de desenvolupament emocional (v. Cat) (Pérez-Escoda, N i Alegre, A., 2018).

En la fase final només 59 joves van respondre al qüestionari CDE-A35, i d'aquest, únicament en 52 ocasions es tenien dades de la situació inicial (pretest).

Així els resultats obtinguts al pretest a tenir en compte per poder valorar un progrés fruit de la formació s'han hagut de recalculer contemplant únicament els 52 casos dels quals es tenen mesures pre-post de les competències emocionals. Aquestes puntuacions s'exposen a continuació:

	N	Mitjana	Desv. típ.
Consciència Emocional	52	6,06	1,21
Regulació Emocional	52	5,35	1,59
Autonomia Emocional	52	4,73	1,51
Competència Social	52	4,50	1,29
Competències de Vida	52	6,19	1,31
TOTAL	52	5,48	0,93

Seguidament procedim a calcular la comparativa entre els resultats inicials i finals podem observar l'evolució de les competències emocionals de l'alumnat participant en el Movere tal com es mostra en la taula següent:

	<i>PRETEST</i>		<i>POSTEST</i>		<i>Contrast</i>	<i>d de cohen</i>
	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>z</i>	
TOTAL	5,48	0,93	6,42	1,16	-5,071 ***	.89
CONCIENCIA	6,06	1,21	7,04	1,35	-3,829 ***	.76
REGULACIÓN	5,35	1,59	6,67	1,70	-4,383 ***	.80
AUTONOMIA	4,73	1,51	5,30	1,58	-2,504 *	.37
COMPSOCIAL	4,50	1,29	4,77	1,56	-1,253 n.s.	.19
COMPVIDA	6,19	1,31	7,41	1,48	-4,361 ***	.87

N=52 * P<0,05 ** p<0,01 ***p<0,001

A la llum de les puntuacions mitjanes obtingudes, en totes les altres dimensions i en la competència emocional total s'observa una tendència a la millora un cop finalitzat el programa. Aquest aspecte cal valorar-lo d'entrada com a molt positiu, donat que pot fer pensar que la participació en el Movere és la causa de la millora de les competències emocionals.

Per determinar si aquests canvis poden ser considerats estadísticament significatius, s'ha utilitzat el test de Wilcoxon pel contrast de mitjanes no paramètriques amb dades aparellades, ja que les dades no s'ajusten a la distribució normal.

En realitzar aquest anàlisi, els resultats ens indiquen que podem considerar l'existència de diferències significatives entre les puntuacions mitjanes de la competència emocional inicial i final amb l'única excepció de les competències socials.

A continuació es procedeix al càlcul d'una segona anàlisi, que més enllà del contrast de mitjanes ens permet conèixer la magnitud de l'efecte de la intervenció. Es tracta del càlcul de la prova d de Cohen, els resultats de la qual es poden trobar a la darrera columna¹ de la taula anterior.

Un cop realitzada aquesta segona anàlisi podem afirmar que les millores tindrien un valor important tant pel que fa a la millora total ($d = 89$) com en les dimensions de competències de vida ($d = 87$), regulació ($d = 80$) i consciència emocional ($d = 76$). Pel que fa a l'autonomia el valor indica una lleugera millora atribuïble al programa mentre pel que fa a la competència social la millora es considera petita. ($d = 19$).

Cal considerar que són uns resultats molt bons tenint en compte que en l'àmbit d'intervencions educatives és habitual trobar puntuacions petites que oscil·len entre .20 i .50. Així d'acord amb alguns reconeguts autors (Baird, & Pane, 2019; Kraft, 2018)., fins i tot les d de Cohen observades en el nostre estudi per les dimensions de competència social i autonomia podrien ser interpretades com a considerables tot i no ser gaire altes. En aquest punt altres autors (Bakker, , English, L. *et al.* (2019; Cheung i Slavin, 2016) consideren que també cal tenir en compte la intensitat i durada de la intervenció que en el cas de Movere ja s'ha vist que implicava únicament 10 sessions en un període aproximat d'uns 3 mesos. En altres paraules, amb poques sessions i un temps reduït els canvis produïts són molt bons.

4.3 Resultats finals del SWLS. Qüestionari de satisfacció amb la vida (Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. i Griffin, S., 1985).

Novament convé recordar que en la situació final només es van obtenir resposta en aquesta prova de 51 joves. La puntuació mitjana obtinguda en la satisfacció amb la vida després del Movere va ser de 27,88. Això a primer cop d'ull ens mostra una lleugera tendència a la millora, ja que en la situació inicial la satisfacció amb la vida d'aquests joves se situava en 24,20 punts. Quan aquest valor s'analitza en el marc dels barems de la prova s'observa que aquesta puntuació ha aconseguit pujar a un rang superior situat dins de la forquilla de 25 a 29 interpretant-se com una satisfacció amb la vida alta.

Si fem el contrast de mitjanes entre les dues puntuacions i el càlcul de la magnitud de l'efecte¹ observem que estadísticament, les diferències mostren canvis significatius $P < 0,000$ i la magnitud de l'efecte és considerable, per la qual cosa podem atribuir aquesta millora en la satisfacció a la vida a la participació en el Movere.

¹ Per al càlcul de la d de Cohen s'ha utilitzat el programa: <https://www.socscistatistics.com/effectsize/default3.aspx>

	<i>PRETEST</i>		<i>POSTEST</i>		<i>Contrast z</i>	<i>d de Cohen</i>
	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>		
<i>TOTAL</i>	24.20	6.16	27.88	5,03	,000	,65

N= 51

4.4 Resultats finals de l'Escala d'autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965).

En la fase final, igual que passava amb la prova anterior només vam poder comptar amb dades de 51 dels joves participants.

La puntuació mitjana obtinguda en l'escala d'autoestima de Rosenberg va ser de 19,02 punts, la qual cosa indica que l'autoestima dels participants al finalitzar la implementació del Movere segueix sent baixa. Fins i tot en nombres absoluts unes dècimes més baixes que a l'inici.

A l'efectuar el càlcul estadístic de contrast de mitjanes entre les dues puntuacions i el càlcul de la magnitud de l'efecte observem que les diferències no són significatives i que la mesura de la magnitud de les variacions observades és insignificant. Per tant podem dir que la participació en el Movere no té efectes en el nivell d'autoestima dels joves participants en el programa.

	<i>PRETEST</i>		<i>POSTEST</i>		<i>Contrast z</i>	<i>d de Cohen</i>
	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>		
<i>TOTAL</i>	19,75	4,27	19,02	4,68	-1,180 n.s.	,17

N= 51

Aquests resultats, tot i que no eren els esperats, poden indicar que canviar l'autoestima no es una fita fàcil en poc temps. A més els estudis informen del caràcter multifactorial d'aquest constructe i per això la participació aïllada en el curs pot no ser suficient per detectar canvis significatius en l'autoestima. Addicionalment, cal tenir en compte que la percepció dels joves en el qüestionari QSD.-J POST comentat anteriorment, assenyalava que havien millorat en aquesta àrea, aspecte resulta a primera vista contradictori. No obstant això, hi ha evidència científica de què en intervencions curtes pot passar que les proves d'autoinforme com és l'escala de Rosenberg es detecti que s'ha pres consciència sobre la manca de competència i per tant en respondre al posttest es puntuï de forma més rigorosa dificultant que l'eina pugui detectar els canvis que no obstant s'evidencien per altres vies.

4.5 Resultats finals del QSEA-J. Qüestionari de sensació d'estrès i afrontament en joves (GROP,2019).

Inicialment els joves es van aplicar el qüestionari de sensació d'estrès i afrontament i van obtenir les següents puntuacions (mitjana del grup):

	PRETEST		POSTEST		Contrast	<i>d de Cohen</i>
	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>Z</i>	
TOTAL	3,96	1,30	2,99	1,21	,000.s	.77

N=51

La mitjana del grup ha experimentat una tendència a disminuir, obtenint en la situació postintervenció una puntuació de 2,99 sobre 10 el que suposa un nivell d'estrès molt baix. Tot i que la situació de partida ja era força baixa (3,96) encara s'ha assolit un nivell millor en la situació postintervenció. Quan s'ha estudiat estadísticament el contrast entre les mitjanes en la fase pretest i posttest s'observa que les diferències són significatives, i el càlcul de la magnitud de l'efecte ens indica que la davallada en la percepció d'estrès és prou important com per poder afirmar que la participació al Movere ha contribuït decisivament a millorar la percepció d'estrès. S'ha obtingut una *d* de Cohen de .77, i això indica que el 78% dels joves participants després de la intervenció han reduït el seu nivell d'estres en relació amb la mitjana de la fase inicial. Aquestes dades són molt interessants i més tenint en compte que el curs va acabar en plena pandèmia.

5. Conclusions

El projecte Movere consisteix en una activitat formativa emmarcada en el Programa de Noves Oportunitats (PNO) per a joves que no havien superat els estudis de secundària obligatòria i que no estaven treballant. Té com a propòsit desenvolupar les seves competències transversals, concretament emocionals d'acord amb el que diversos experts aconsellen (Palací y Topa, 2002; Palací y Moriano, 2003; Sánchez, 2003, Bisquerra y Pérez-Escoda, 2007; i Ribera, Pérez-Escoda i Cabanillas, 2018). Es tracta d'una formació preventiva amb la qual es persegueix també millorar l'ocupabilitat d'aquest joves subjectes en molts casos a factors de vulnerabilitat vinculats a l'exclusió social. Els PNO ofereixen una tornada a la formació dels joves que van abandonar l'escola de manera prematura (Adame i Salvà, 2010), fomentant les seves competències transversals i augmentant les probabilitats d'èxit en aquest procés.

Dacord amb Zins, Payton; Weissberg i O'Brien (2007), es fa necessari analitzar i prendre consciència del procés que s'ha portat a terme, així com de les intervencions i les àrees de treball futur per a la millora continuada. Qualsevol pràctica o programa d'educació emocional o socioemocional hauria de basar-se en l'evidència disponible fruit de la investigació científica. En aquest sentit, amb aquest treball hem deixat constància de l'impacte d'una intervenció realitzada amb un col·lectiu del qual es coneixen poques recerques i hem pogut aportar evidències rigoroses dels efectes que es poden atribuir a la participació en el projecte formatiu Movere.

S'ha constatat com abans de començar el projecte, el col·lectiu de joves presentaven un gran analfabetisme emocional, desconeixien en gran mesura el vocabulari per descriure com es sentien. S'observa que majoritàriament mencionaven emocions negatives o desagradables. Així mateix, manifestaven tenir força preocupacions personals i es mostraven amb ganes de canviar aspectes de la seva vida relacionats amb la seva formació i també personals. Tots aquests factors justificaven clarament el programa proposat.

Un cop finalitzada la intervenció, i tenint en compte la seva situació de partida, és important valorar que haver participat en el Movere, des de la perspectiva dels mateixos participants, els ha permès millorar força la seva motivació, augmentar considerablement els seus coneixements previs en relació a la intel·ligència emocional, aprendre a gestionar millor els conflictes i adquirir confiança en les seves oportunitats de futur. Un altre dels elements que destaquen els joves al valorar el programa, és que tots els aprenentatges realitzats els seran útils, no només per a la seva vida professional, sinó també transferibles a altres àmbits de la seva vida quotidiana.

Amb les diferents eines d'avaluació s'ha pogut constatar com les competències emocionals dels joves han experimentat una evolució molt important en consciència emocional, gestió dels estats emocionals, autonomia i competències de vida i benestar.

Paral·lelament, la seva satisfacció a la vida també ha experimentat una evolució positiva, si bé a l'inici de l'aplicació presentaven una satisfacció mitjana amb la vida, un cop finalitzat el programa, la seva satisfacció era alta. Aquest element és especialment destacable si tenim en compte que alguns grups de joves van realitzar l'avaluació final just quan va iniciar-se pandèmia.

Pel que fa a l'autoestima, amb l'escala de Rosenberg no hem trobat canvis significatius, tot i que els joves en el la resposta a l'enquesta final han millorat seva percepció en relació a la identificació de les seves bones qualitats personals. Hi havia la possibilitat de trobar canvis més clars en aquest aspecte, però la bibliografia sobre el tema (Fierro, 1991; Luna i Molero, 2013; Giraldo, i Holguín, 2017) ja ens

advertia de l'estabilitat d'aquest constructe. Tot plegat ens indica que canviar l'autoestima no es una fita fàcil que es pugui aconseguir en poc temps, es a dir, amb una intervenció de deu sessions com és la proposada. A més els estudis citats informen del caràcter multifactorial d'aquest constructe, i per tant la participació aïllada en el curs no és suficient per detectar canvis significatius en l'autoestima. Addicionalment, cal tenir en compte que hi ha evidència científica de què en intervencions curtes pot passar que en les proves d'autoinforme, com és l'escala de Rosenberg, es detecti que durant la formació s'ha pres consciència de les pròpies dificultats i per tant en respondre al postest es puntuï de forma més rigorosa dificultant que l'eina pugui informar dels els canvis o tendències de millora. En tot cas, considerem que el desenvolupament de l'autoestima dels joves, tot i no ser una tasca senzilla, ha d'estar present com a objectiu en les intervencions psicopedagògiques futures tal com destaquen Luna i Molero (2013) per tal de facilitar l'ajust psicosocial.

Un altre dels aspectes del que amb l'estudi hem pogut aportar evidència empírica, és en la millora en la sensació d'estrès i afrontament experimentada pels joves. S'ha constatat com, tot i partir d'uns baixos nivells d'estrès, aquests encara han disminuït significativament en la situació postintervenció. Valorem molt positivament aquesta millora, pel fet que alguns grups van realitzar l'avaluació del programa just a l'inici de la pandèmia.

Creiem important destacar la formació prèvia rebuda pels orientadors amb el programa FOEC. La seva capacitat per a l'aplicació del Movere ha estat clau pel bon funcionament del mateix. Si el programa ha estat efectiu, és en gran mesura perquè els professionals que l'han aplicat estaven capacitats i motivats per a la seva implementació. En aquest sentit creiem que cal seguir recolzant la necessitat desenvolupar les competències emocionals dels orientadors/es que treballen amb joves vulnerables, aquest és un factor imprescindible per poder-los motivar i acompanyar en la gestió del seu dia a dia.

També cal considerar un altre factor important que ha propiciat els bons resultats obtinguts, ens referim al disseny d'un programa ben fonamentat amb sòlids referents teòrics i dotat d'una gran varietat de recursos i metodologies atractives i efectives, tal com han valorat tant els participants com els propis orientadors que han aplicat el Movere. Addicionalment convé valorar positivament també la durada del curs. Si bé en properes ocasions, i sempre que les condicions ho permetin, es valora la possibilitat de programar algunes sessions addicionals, podem afirmar que per tractar-se d'una formació breu d'únicament 10 sessions, els guanys han estat considerables. Aquest aspecte és rellevant ja que diversos autors (Bakker, English *et al.* (2019); Cheung i Slavin, 2016) han assenyalat que per a que les intervencions en educació socioemocional siguin efectives és requereix certa durada i una formació intensiva. En el nostre cas, i a la llum dels resultats que acabem de presentar, podem concloure que hem assolit amb èxit els objectius proposats i en un temps prou acurat.

Tot el que acabem d'esmentar ens anima a seguir dissenyant projectes en aquesta línia, i agraïm a la Fundació Gentis el suport i la iniciativa per impulsar accions innovadores i necessàries com el Movere.

6. Annexes

6.1 Annex 2.1

Consentiment informat per a la recollida i tractament de dades personals (Movere)

Dades de la persona participant:

Nom:	
Cognoms:	
DNI / NIE:	

Si us plau, abans de signar llegeixi amb atenció aquesta informació.

Com a participant de la formació "Movere. Desenvolupament de competències emocionals", se'l demana que respongui a uns qüestionaris que el permetran reflexionar sobre l'eficàcia del programa sobre la millora de les seves competències emocionals. Se li facilitarà un informe sobre els seus resultats inicials i finals en referència al nivell de desenvolupament emocional. Se li demanarà resposta a alguns qüestionaris en diversos moments. A l'inici de la formació, durant i un cop finalitzada la mateixa. Aquestes dades permetran valorar l'efecte de la formació rebuda en el desenvolupament de les competències emocionals i la seva satisfacció amb la mateixa.

La Fundació Privada Gentis i el GROU (Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica), informen -i vostè consent expressament al signar aquest document- que en compliment de la LOPD², les seves dades personals seran objecte de tractament confidencial, amb l'única finalitat d'avaluar les seves competències emocionals en el marc d'aquesta formació i recerca i amb la possibilitat de disposar dels resultats obtinguts, respectant en tot moment l'anonimat de les seves dades personals. La seva participació a l'estudi no tindrà cap repercussió en l'avaluació o superació del curs. La seva participació en l'estudi no comporta cap despesa ni remuneració.

Signat a _____ a _____ de _____ de _____

(Signatura)

² Llei Orgànica 15/1999, de 13 de desembre de Protecció de Dades de Caràcter Personal.

6.2 Annex 2.2

Qüestionari sociodemogràfic i d'avaluació de necessitats dels joves ad-hoc. QSD-AN-J (GROP, 2019).

Identificador (DNI/NIE): _____

Identificador alternatiu (nom i cognoms): _____

GRUP: _____

Si us plau, contesta les següents preguntes:

1- En tres minuts

2- Com et defineixes?

3- Data de naixement? _____ Quants anys tens? _____

4- Gènere: masculí femení altres

5- Quina/es formacions estàs fent actualment amb la Fundació Gentis? _____

6- Com valores la teva implicació en la/es formació/ns? (encercla el que creguis que és el teu cas).

0- Cap 1- Molt baixa 2- Baixa 3- Normal 4- Alta 5- Molt alta

7- Amb qui vius? (Mare, pare, germans/nes, parelles, altres familiars, etc.)

8- On has nascut?

País: _____

Localitat: _____

Si has nascut fora d'Espanya: Quants anys fa que vas venir? _____

9- On van néixer la teva mare i el teu pare?

MARE País: _____
Localitat: _____

PARE País: _____
Localitat: _____

10- Saps quina educació ha rebut el teu pare i la teva mare (posa una P (pare) i una M(mare) al costat).

- i. Sense estudis
- ii. Primària
- iii. Secundària
- iv. Universitat

11. Quin coneixement tens de la intel·ligència emocional?

0- Cap 1- Molt baix 2- Baix 3- Normal 4- Alt 5- Molt alt

12. Hi ha alguna cosa en la teva vida que et preocupi i et faci sentir malestar?

Si la resposta és **sí**, pots explicar què et passa i com intentes fer-hi front?

13. Quines coses de tu mateix/a creus que podries millorar?

Respon de 0 a 10 el teu grau d'acord o desacord en relació a les següents afirmacions. Una puntuació de 10 seria totalment d'acord i una puntuació de 1 en total desacord.

	<i>(Totalment en desacord)</i>	<i>(Totalment d'acord)</i>
1. Consideres que tens bones qualitats personals	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
2. T'angoixa/estressa tornar a estudiar	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
3. T'angoixa/estressa la cerca de feina	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
4. Creus que ets una persona feliç	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
5. Creus que una formació en intel·ligència emocional et podria ajudar a estar millor amb tu mateix/a	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	

6.3 Annex 2.3

Qüestionari de sensació d'estrès i afrontament en joves. QSEA-J. (Pérez-Escoda i Velar, 2019b).

Identificador (DNI/NIE): _____

Identificador alternatiu (nom i cognoms): _____

GRUP: _____

Indica amb quina freqüència experimentes el que s'expressa en les diferents frases, sabent que **0** significa **MAI** i **10** significa **CONTÍNUAMENT**. No et rumiïs massa la resposta, sinó que sigui la que espontàniament valoris que més s'apropa al teu cas.

Assenyal la resposta que més s'aproximi a les teves preferències, tenint en compte que:

- Mai equival a 0.
- Contínuament equival a 10.

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.Estic satisfet/a amb la meva situació personal											
2.Se fàcilment com animar-me i pensar en positiu davant les dificultats											
3.Estic preocupat/a per la meva salut física											
4.Penso que no sóc útil a la societat											
5.Sento un buit a l'estómac que em dificulta fer coses											
6.Em preocupa la meva estabilitat emocional											
7.Em sento estressat/da											
8.De sobte sento com se m'accelera el cor en situacions que no representen cap amenaça											
9.Em resulta fàcil treure'm del cap els problemes quotidians											
10.Em neguiteja pensar que no tinc estudis ni feina											
11.Descanso correctament totes les nits											
12.Penso que en el meu dia a dia hi ha molts problemes											
13.Tendeixo a impacientar-me quan he d'esperar per qualsevol cosa											
14.Em sento motivat/da amb el que faig a diari											

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
15.Quan tinc un problema noto malestar com pressió al pit, mal de panxa, ,bloqueig, etc., que és intens i durador											
16.Em sento sota pressió i necessito exigir-me al màxim											
17.Em considero una persona forta davant de les adversitats											
18.M'angoixa pensar en el que em pugui passar en el futur											
19.Sé com resoldre situacions difícils o problemàtiques											
20.M'adapto fàcilment als canvis, sense estressar-me massa											
21.Em costa gestionar les meves emocions											
22.M'angoixa/estressa la meva situació actual											
23.La meva salut física és bona											
24.Em noto tens/a o enrabiada i els nervis se'm posen a la panxa											

6.4. Annex 2.4

Avaluació de procés joves

Sessió número: _____. **MOVERE.**

GRUP: _____

Ens agradaria saber què t'ha semblat la sessió que has realitzat. Per conèixer la teva opinió et demanem que responguis a les següents preguntes:

Puntuacions: 0 1 2 3 4 5.....6.....7.....8.....9.....10

(Gens)

(Molt)

PUNTS

1. Com valores la sessió?	
2. Les explicacions han estat clares i entenedores?	
3. Hi ha hagut disposició a aclarir dubtes per part de la formadora?	
4. S'ha fomentat la participació?	
5. T'ha aportat nous coneixements?	
6. Creus que és útil el dossier que t'hem entregat?	
7. El que has treballat avui és aplicable en algun àmbit de la teva vida?	

Què és el que més t'ha agradat de la sessió?

Què creus que podríem millorar?

Moltes gràcies per la teva col·laboració ☺!

6.5. Annex 2.5.

Avaluació de procés formadors/es

Data		Sessió	
Grup		Núm. assistents	
Formador/a			

Ens agradaria saber com ha anat la sessió que has desenvolupat avui.

Per conèixer la teva opinió et demanem que responguis a les següents preguntes:

Puntuacions: 0 1 2 3 4 5.....6.....7.....8.....9.....10

(Gens)

(Molt)

1. He pogut treballar els continguts preparats	
2. He aconseguit arribar als objectius proposats	
3. Les propostes de treball han motivat als joves	
4. He tingut dificultats al llarg de la sessió	
5. Em sento satisfet/a amb el treball realitzat	
6. El material facilitat t'ha estat útil	

a) Hi ha algun contingut programat que no hakis pogut treballar? Quin?	
b) Quins creus que han estat els continguts/dinàmiques que més han arribat als joves?	
c) Com t'has sentit realitzant la sessió?	
d) Has tingut alguna dificultat al llarg de la sessió? Quina?	
e) Elements positius de la sessió.	
f) Quines coses es podrien millorar?	
g) Altres	

6.6. Annex 2.6

Qüestionari d'Avaluació de Necessitats-POST. QAN-POST (GROP, 2019)

Identificador (DNI/NIE): _____

Identificador alternatiu (nom i cognoms): _____

GRUP: _____

DATA: _____

Si us plau, contesta les següents preguntes:

1- En tres minuts

2- Com et defineixes?

3-Quina/es formacions estàs fent actualment amb la Fundació Gentis? _____

4- Com valores la teva implicació en la/es formació/ns? (encercla el que cregueis que és el teu cas).

0- Cap 1- Molt baixa 2- Baixa 3- Normal 4- Alta 5- Molt alt

5- Quin coneixement tens de la intel·ligència emocional?

0- Cap 1- Molt baix 2- Baix 3- Normal 4- Alt 5- Molt alt

6- Hi ha alguna cosa en la teva vida que et preocupi i et faci sentir malestar?

Si la resposta és **sí**, pots explicar què et passa i com intentes fer-hi front?

7- Quines coses de tu mateix/a creus que podries millorar?

Respon de 0 a 10 el teu grau d'acord o desacord en relació a les següents afirmacions. Una puntuació de 10 seria totalment d'acord i una puntuació de 1 en total desacord.

	<i>(Totalment en desacord)</i>	<i>(Totalment d'acord)</i>
1. Consideres que tens bones qualitats personals	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
2. T'angoixa/estressa tornar a estudiar	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
3. T'angoixa/estressa la cerca de feina	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
4. Creus que ets una persona feliç	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
5. Aquesta formació en intel·ligència emocional t'ha ajudat a:	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	

A. Adonar-me millor del que sento	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10
B. Adonar-me millor del que senten els altres	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10
C. Tenir més eines per poder regular bé les meves emocions	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10
D. Conèixer millor les meves qualitats	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10
E. Millorar el meu autoconeixement i autoestima	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10
F. Gestionar millor els conflictes	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10
G. Estar més motivat amb el que faig	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10
H. Valorar més les coses positives del meu voltant	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10